公益財団法人　日本ハンドボール協会 編
平成29年11月1日発行（毎月１回１日発行）　通巻573号

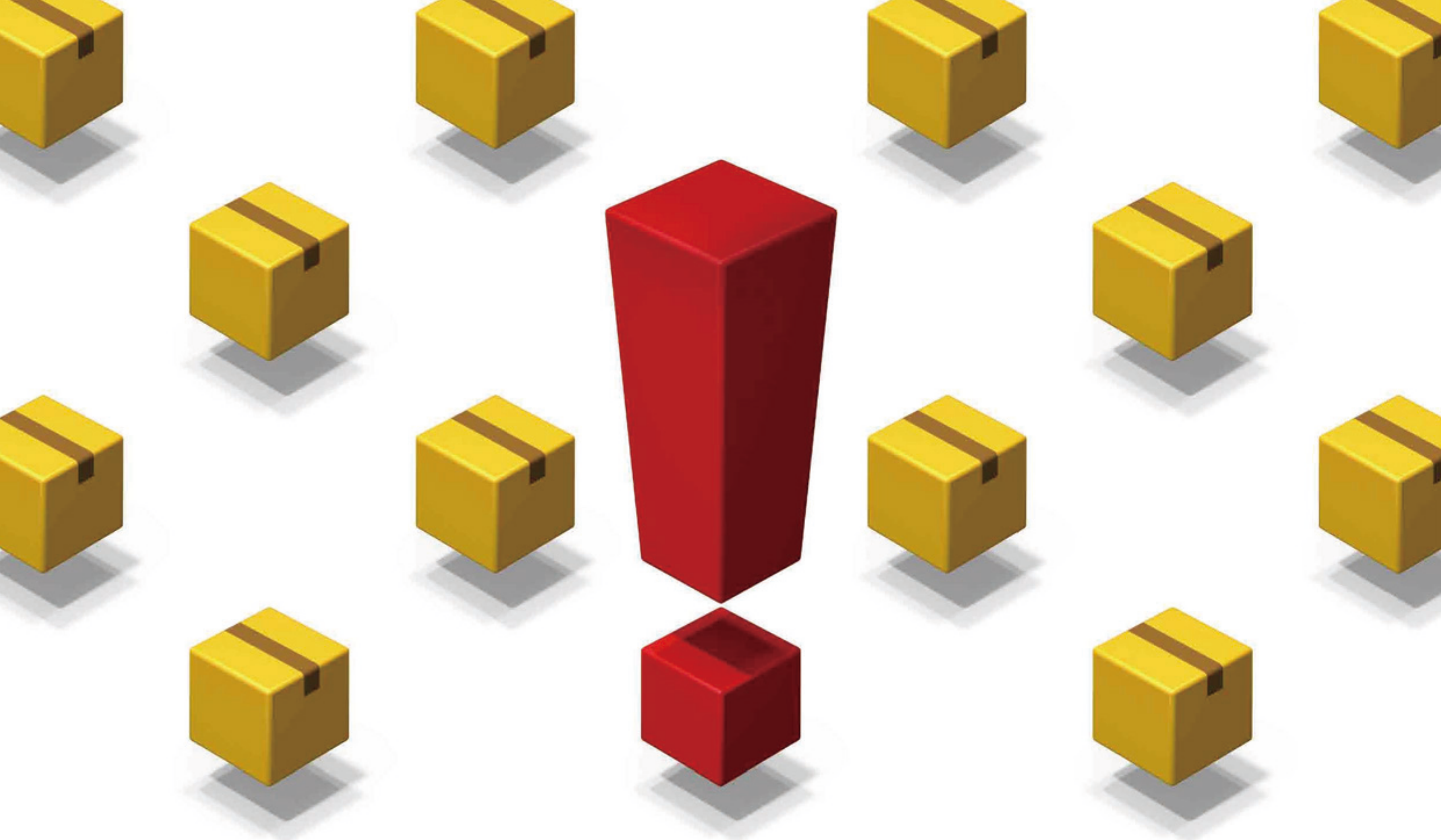
ハンドボール

11
NOV.2017
No.573



●第７回女子ユース（U-18）アジア選手権
●第44回全国高等専門学校選手権大会
●第25回日韓中ジュニア交流競技会
●第19回全日本ビーチハンドボール選手権大会

公益財団法人　日本ハンドボール協会



世界が驚く、物流をつくろう。

東京2020大会を、物流から支えていきます。

TOKYO 2020

ヤマトホールディングス

TOKYO 2020 PARALYMPIC GAMES

東京2020オフィシャル荷物輸送サービスパートナー

詳しくはこちら http://www.yamato-hd.co.jp/tokyo2020/ 世界が驚く、物流をつくろう。 検索





代表取締役　青木 理恵



販売から賃貸管理までトータルサポート

私たち株式会社ユリカコーポレーションは、お客様方へ
不動産を用いたライフプランをご提案しております。
自社ブランドである『YURIKA ROSE』(ユリカ ロゼ)
シリーズも順調に分譲中です！
2020年の東京オリンピックに向け、ハンドボール選手と
共にこれからも邁進していきますので、どうぞよろしく
お願い致します。

私達、株式会社ユリカコーポレーションは
女子ハンドボールを応援しています!!

http://yurika-co.jp/

株式会社ユリカコーポレーション

〒101-0041 東京都千代田区神田須田町2-6-2 神田セントラルプラザ1202
TEL：03-3525-8986 / FAX：03-5295-8188



5 STAR AIRLINE
SKYTRAX

ハンドボール 11月号 No.573



【表紙の写真】第７回女子ユース（U-18）アジア選手権

CONTENTS

がんばれハンドボール 20 万人会「サポート会員」９月入会・継続会員

【埼玉】齋藤成年【東京】田島雅史、土田　健、平賀とみ子【静岡】海野のぞみ、永井裕之、安野順一、鈴木里美【愛知】田中基明、濱嶋美香、小林美夏、深谷帆波、牧野千別【三重】加藤　祥【大阪】宮﨑　寛、泉　雅子【兵庫】高祖加奈子【広島】青戸克好

次号 11 月号（No. 573）は 11 月 1 日発行予定です。

第 7 回

女子ユース(U-18)アジア選手権

インドネシア・ジャカルタのポッキースタジアムで8月20～28日に標記大会が香港、日本、中国、ウズベキスタン、カザフスタン、インドネシア、韓国の7チームの参加で開催され、韓国が7連覇を果たし優勝した。

この大会は、インドネシアのジャカルタとパレンバンで、2018年8月と9月に開催される第18回アジア大会における男女のハンドボール競技のテストイベントとしても行われた。大会の結果、来年、ポーランドにて開催の2018年世界女子ユース選手権に韓国、日本、中国、カザフスタンが参加する資格を得た。



選手団名簿

役職	名前	所属
団長	田口　隆	(公財)日本ハンドボール協会
監督	田中　潤	(公財)日本ハンドボール協会　高松商業高校
コーチ	安藤希沙	(公財)日本ハンドボール協会　佼成学園女子高校
ドクター	松村健一	(公財)日本ハンドボール協会　多根総合病院
トレーナー	木村慎之介	(公財)日本ハンドボール協会　木島病院
情報分析	田口真夕	(公財)日本ハンドボール協会　東海大学

背番号	名前	所属	出身校
1	千葉夏希	不来方高校	花巻北中学校
2	橋口和佳奈	佼成女子高校	松橋中学校
3	高木奈央	名経大市邨高校	滝の水中学校
4	阿礼梨那	飛騨高山高校	松倉中学校
5	阿部美幸	佼成女子高校	東久留米西中学校
6	伊藤愛莉	名経大市邨高校	平針中学校
7	服部沙也加	四日市商業高校	南中学校
9	安田つぐみ	富岡東高校	富岡南中学校
10	岡田彩愛	高水高校	平田中学校
11	山路麻愛	明光学園高校	下津井中学校
12	下地真央	浦添商業高校	神森中学校
13	守屋　葵	高津高校	岩崎中学校
14	関　洋香	高松商業高校	山田中学校
15	谷藤　悠	不来方高校	厨川中学校
16	柿添まどか	明光学園高校	玉名中学校
17	佐藤優花	佼成女子高校	武蔵村山中学校
18	江本ひかる	高水高校	岩国中学校
19	宇治村　唯	今治東高校	今治東中学校

試合結果

■8月20日
香港　24－15　インドネシア
日本　31－21　中国
カザフスタン　16－49　韓国

■8月21日
ウズベキスタン　29－29　カザフスタン
中国　29－9　香港
インドネシア　11－60　韓国

■8月22日
ウズベキスタン　18－41　日本
韓国　40－7　香港
中国　36－24　カザフスタン

■8月24日
ウズベキスタン　16－49　韓国
インドネシア　12－42　中国
日本　30－19　カザフスタン

■8月25日
ウズベキスタン　20－19　香港
日本　58－4　インドネシア
韓国　42－18　中国

■8月27日
香港　4－35　日本
インドネシア　18－43　カザフスタン
ウズベキスタン　25－36　中国

■8月28日
インドネシア　12－62　ウズベキスタン
香港　8－40　カザフスタン
韓国　34－20　日本

最終順位

優勝　韓国
2位　日本
3位　中国
4位　カザフスタン
5位　ウズベキスタン
6位　香港
7位　インドネシア

4位までが2018年世界女子ユース選手権への出場権獲得

戦評

■8月20日

日本　31（16－10、15－11）21　中国

初戦は中国との対戦。今大会のチームについては全く情報のない状態だったため、様々なカテゴリーの中国戦から攻守の分析を行い、試合に臨んだ。日本の攻撃からスタート。24秒、高木が鋭いミドルを放つが惜しくも枠外へ。しかしここから、伊藤のミドル、GK千葉のナイスキーピングからの高木の速攻、高木の連打で一気に4対0と中国を引き離す。その後、中国に得点を返されながらも、守屋の積極的なDFから相手のミスを誘い、GK千葉のナイスセーブから速攻を決めるなど、16分12秒、8対4とする。そこで中国がタイムアウトを請求し、185cmの長身PVを起点として攻撃を仕掛けてくる。日本は守り切れない場面もあり退場者を出すが、そこからもGK下地がしっかりと止めるなど、中国に流れを渡さないまま前半を16対10で終了する。ハーフタイムでは、中国DFが日本のミドル対策で高く出てきているため、裏の空間を使うことを確認し後半へ備えた。

後半、中国は、185cmと175cmの長身PVによるダブルポスト攻撃などを仕掛けてくる。フローターも175cmとかなり大きいが、ハーフタイムで確認した攻撃を起点に、岡田や佐藤の1対1などで加点していく。中国もセンター・ポストを起点とした攻撃から日本の退場を誘うが、日本はGK下地の度重なるナイスキーピングで退場の時間帯を乗り切る。さらに積極的な6－0DFから相手のミスを誘い、速攻に繋げた。体格では中国に劣る日本だが、個々の能力とチームワークで初戦勝利を収めることができた。

■8月22日

日本　41（21－12、20－6）18　ウズベキスタン



第2戦はウズベキスタンとの試合。体格は大きくないが、球際やゴールエリアライン沿いが非常に力強いチームと分析。クロスアタックによる早めのコンタクトから相手のミスを誘うことを確認し、試合に臨んだ。日本はDFからスタート。相手に先制されるものの、1分26秒から橋口のポスト、高木のミドル、岡田のカットインと3連取し逆転する。その後も、間を力強く狙うウズベキスタンのプレーに圧倒される場面もあったが、守屋・宇治村の積極的なDFからのインターセプトで速攻を量産し、10対6とした所で相手がタイムアウト。しかし日本は流れを渡さず、DFでミスがあってもGK千葉・下地がきっちりと止め、前半を21対12で終える。

後半スタート5分はお互いに点を取り合うものの、そこから日本は佐藤のワンマン速攻をきっかけに、谷藤・守屋・宇治村で一気に7連取し相手を突き離す。DFでは服部・阿礼が踏ん張り、相手の得点を許さない。後半20対6と大差をつけて勝利した。ウズベキスタンの球際とライン際の強さは、日本では経験したことのないものだった。世界を知る上で、貴重な経験となった。

■8月24日

日本　30（12－10、18－9）19　カザフスタン



第3戦はカザフスタンとの対戦。長身のダブルポスト攻撃に対して、日本のDFはフローターの利き腕に強く当たることを確認し、試合に臨んだ。前半、日本は相手の大きいDFに苦戦し、なかなか良い体勢でシュートを打たせてもらえない。せっかくの速攻チャンスも相手のGKに阻まれる。守っては、相手の力強いフローター陣をなかなか抑えられず、苦しい時間が続く。しかし、途中からセンターで出場した佐藤が1対1で相手DFを抜きだすと、他の選手にもチャンスが増え、岡田・阿部などで加点していく。同時に、DFも相手の攻撃に慣れ始め、守屋・橋口・宇治村を中心に相手のフローター陣を抑えだす。一進一退の攻防が続く中、GK下地のナイスキーピング、江本の速攻などに続き、前半27分、宇治村の速攻で逆転に成功し後半へ。

戦評

後半、横の動きしかない相手の DF に対し、日本は伊藤を中心とした 7 人攻撃を仕掛ける。これが功を奏し、得点を量産する。力強いフローターと大きいポスト。守っても振り切られてしまう、押し込まれてしまう、今日の試合。それでも果敢にアタックにいった選手達の頑張りが、勝利へと繋がった。

■ 8 月 25 日

日本　58（30 − 3、28 − 1）4　インドネシア



第 4 戦は地元インドネシアとの対戦。大声援を受けているインドネシアに対し日本は守屋・岡田・宇治村の DF から速攻を仕掛け、12 対 0 と一気に試合を有利にする。その後相手に DF の隙をつかれ加点されるものの、30 対 3 と大量リードして前半を折り返す。

後半に入り、服部・阿礼の固い DF から安田・山路・伊藤・谷藤がよく走り加点していく。結果 58 対 4 の大勝となった。しかしまだ 2 戦残っているので、今試合で課題となった速攻の繋ぎを強化していきたい。

■ 8 月 27 日

日本　35（17 − 2、18 − 2）4　香港

第 5 戦は香港との対戦。日本は岡田・橋口・守屋・宇治村が積極的な DF を仕掛け、江本・高木が速攻を決め、23 分までに 14 対 0 と突き放す。その後も攻めの DF で得点につなげ、前半を 17 対 2 で折り返す。

後半に入ってもその勢いは止まらず、服部・阿礼の DF から、山路・谷藤がよく走り加点していく。セットでは、伊藤の冷静な攻撃で相手 DF を崩す。35 対 4 の大勝となったが、明日が韓国戦。気を抜かず、今までの課題をもう一度確認し、明日に備えたい。

■ 8 月 28 日

日本　20（7 − 17、13 − 17）34　韓国

第 6 戦、最終戦は韓国との対戦。ゲーム序盤、お互い点は取るがミスが多い展開。すかさず 9 分 36 秒、3 対 5 と日本 2 点ビハインドで、韓国がタイムアウト。直後、日本は岡田の 1 対 1 で 1 点差に詰め寄るものの、すぐにクイックスタートで点を取られてしまう。守屋・橋口を中心とした DF で守っても、速攻時のパスミスから相手に点を与えてしまう苦しい展開。それでも佐藤・江本が積極的に攻撃し、前半を 7 対 17 とする。

とにかくこれまでやってきた DF をやりきろう、とハーフタイムに確認し臨んだ後半、DF は守りきれる場面も出てくる。しかし焦りからか、速攻がうまくつながらない。OF では、伊藤を中心とした攻撃でノーマークのシュートチャンスを作るものの、相手 GK に阻まれてしまう。韓国が着実に得点を重ねるなか、日本は岡田のカットイン、伊藤のミドル、阿部の 1 対 1 などで応戦する。しかし前半の点差を詰めるまでには至らず、20 対 34 でタイムアップ。日本は第 2 位となり、次年度行われる女子ユース世界選手権の出場権を獲得した。様々なことを学べたこの 6 戦。不足しているところはきちんと受け止め、今後の成長の糧にしていきたい。また今大会、関と柿添は試合には出られなかったが、チームのためによく貢献してくれた。





第44回 全国高等専門学校選手権大会

開催期間　2017年8月26日～8月27日
大 会 名　第44回全国高等専門学校選手権大会
開 催 地　東京都・八王子市
会　　場　エスフォルタアリーナ八王子

最終順位
優　勝　豊田高専
準優勝　明石高専
第３位　北九州高専、金沢高専

第52回全国高専体育大会・第44回全国高専ハンドボール選手権大会を振り返って

東京高専ハンドボール部顧問　**古屋 正俊**

第52回全国高専体育大会・第44回全国高専ハンドボール選手権大会は8月26、27日に、東京都八王子市のエスフォルタアリーナで開催されました。全国の厳しい予選を勝ち抜いた12チームが八王子のエスフォルタアリーナに一同に結集し、3チームごとの予選リーグと、各リーグ1位による決勝トーナメント方式で、2日間の熱戦を展開しました。

高専の全国大会は7月に全国9ブロックで地区予選が開催され、各ブロック代表の計12チームが全国大会の出場権を得ます。今年度の各地区大会の参加校は北海道（2校）、東北（6校）、関東信越（3校）、北陸（4校）、東海（4校）、近畿（5校）、中国（6校）、四国（3校）、九州沖縄（9校）の計42校でした。

全国大会では、予選リーグから白熱の試合が展開され、準決勝の第1試合は、過去5回優勝し36回目の出場の強豪・明石高専と、全国一の激戦区を勝ち抜き5年連続14回目の出場の北九州高専の対戦。準決勝の第2試合は、過去8回の最多優勝回数を誇り35回目の出場の豊田高専と、北陸地区の大接戦を制し、過去2回優勝し3年連続4回目の出場と勢いに乗る金沢高専の対戦となりました。

決勝戦は、北九州高専を走力で圧勝した明石高専と、金沢高専との互角の大接戦を勝ち上がった豊田高専の対戦となりました。明石高専と豊田高専の対戦を過去の記録で遡ると、予選リーグも含め過去6回の対戦があり、豊田高専が4勝2敗の成績を残しています。豊田高専は、決勝戦前半の1点差のビハインドを後半早々に逆転し、5年水野の連取とGK4年桜井の好守もあり、21年ぶりの優勝を目指した明石高専を寄せ付けずに2連覇を果たし、通算9回目の全国大会優勝を飾りました。

今大会の優秀選手は、優勝した豊田高専の田代智英（CP4年）、桜井勇治（GK4年）、水野幸将（CP5年）、準優勝の明石高専の岩崎翔太（CP5年）、前田昌大（CP4年）、第3位の金沢高専の前井拓也（CP5年）、同じく第3位の北九州高専の竹﨑大輔（CP4年）の、以上7名が選出されました。なお全国高専ハンドボールOB会選出による予選リーグ優秀選手として、東京高専の小豆島大樹君（CP4年）が選出されました。（全国高専ハンドボールOB会選出の優秀選手は、予選リーグで敗退したチームの中で特に顕著な活躍をした選手1名を選出しています）。

全国高専ハンドボール選手権大会では、例年、予選リーグ終了後に各高専のOBが結集し、全国高専OBオールスター戦と称して、OBの同窓会的な交流戦を開催しています。今回も現役の応援を兼ねて集まった30名ほどの各高専OBで、和やかなゲームが展開されました。東京都社会人リーグでは、各高専のOBで組織した社会人チームも活躍しています。高専大会を通して、高専の5年間で終わらない、生涯にわたってハンドボールを楽しむ雰囲気が醸成され、高専ハンドボールOBの交流の輪が広がるのは、この高専大会ならではの、誇るべき伝統となってきています。

全国高専大会の会場となったエスフォルタアリーナ八王子は、昨年度のハンドボール日本選手権の会場であり、ハンドボールコートが3面確保でき、京王線の狭間駅前（徒歩0分）で、極めて利便性の高い体育館です。今大会はメインアリーナで高専大会を、サブアリーナで関東学生リーグの男子2部リーグの緒戦を同時開催しました。高専関係者にとっては、学生リーグのレベルを身近に感じられる中での高専大会となり、会場はハンドボールの熱気で満たされました。その一方で、八王子地区は宿泊状況が厳しく、予算的にホテルでの夕食設定ができずに、参加各チームには食事面で大変ご不便をおかけしたかと思います。東京の特殊事情としてご容赦をお願いします。

最後となりましたが、本大会の開催にあたり、ご支援ご協力を賜りました各協会、各連盟、全ての役員・スタッフ・関係者の皆様に、改めてお礼を申し上げ、第44回全国高専ハンドボール選手権大会の報告といたします。ありがとうございました。



【優勝】豊田工業高等専門学校

豊田工業高等専門学校ハンドボール部監督　西原 忠尚

この度、東京都八王子市で開催されました第44回全国高等専門学校ハンドボール選手権大会において、2年連続9回目の優勝をすることが出来ました。ひとえに豊田高専関係者、保護者の皆様やサポートしていただいた地元の皆様にご尽力を頂いたおかげと感謝申し上げます。

今年のチームは「2連覇」を合言葉に厳しい練習をして来ました。勝つためには何が必要かを一人一人が考えて行動し、個人でもチームでもレベルアップをはかって来ました。チームはGK桜井を中心とした、守って速攻のスタイルと、両45度の水野、岡田のシュート力を活かしたオフェンス力を磨いてきました。しかし、ケガ人や留学の準備などでなかなかメンバーがそろわず、東海学生ハンドボール秋季リーグや練習試合でも思うような結果が得られませんでした。精神面、体力面で力不足を実感しました。4月頃からこのままではいけないとチーム内ミーティングが増えチームのまとまりが出て来て、試合内容もどんどん良くなっていき、チームとして一皮剥けた感じがしました。

7月の東海地区予選では鈴鹿高専との試合で前半負けていたのですが、焦ることなくチームがまとまった結果、後半に逆転することができ5年連続の全国大会の切符を掴むことができました。全国高専大会では、地区予選を最後にレギュラー2人が留学で抜けてしまったのですが、代わりに入った選手が遜色ない活躍をして頑張ってくれました。金沢高専や明石高専戦ではどちらが勝ってもおかしくない展開でしたが、各試合活躍する選手が変わるなど、全員の力で勝ち取った優勝だと思います。一年かけて必死に練習をし、チームが一つになったからこそ2連覇が達成できたと思っています。

最後になりますが、運営に携わって頂いた東京都ハンドボール協会、東京高専の古屋先生をはじめ関係者の方々のおかげで素晴らしい環境で試合をすることができました。深く御礼申し上げます。本当に有難うございました。

豊田工業高等専門学校ハンドボール部主将　桜井 勇治　　ハンドボール部チーム主将　水野 幸将

私たち豊田高専ハンドボール部は7月の高専東海・北陸地区大会を勝ち抜き8月に東京都八王子市で行われた第44回全国高等専門学校ハンドボール選手権大会に出場し、去年同様優勝し二連覇を果たすことができました。もちろん二連覇は簡単な事ではありませんでした。留学や怪我でメンバーが長期間抜けたり、地区大会後に留学出発で主力メンバーが抜けたりなどがありました。そのため練習は去年以上にストイックにし、練習の目的を一つ一つチーム全員確認してから練習したりなどゲームキャプテンの水野幸将と工夫してきました。

部活外の時間もほとんどハンドボールに関する事に費やしました。そして迎えた全国大会、去年の優勝校ということで予選から全国から出場した他のチームが私たちの試合を見ていました。一日目の予選は突破したものの、しっかりと自分たちのプレーをすることに課題があり、二日目に不安を残す形で終わりました。

二日目の準決勝では、これまでの公式戦結果で一勝一敗の金沢高専と対戦し、試合通してシーソーゲームの展開となりましたが、なんとか接戦の末勝ち抜くことができました。決勝では明石高専と対戦し前半は1点差で負けていましたが、試合内容は負けていなかったため、ハーフタイムでチームメイトは誰一人焦っていませんでした。後半は最後まで走り抜き最終的には7点差で勝ち、優勝しました。何より試合中はハンドボールが楽しかったです。

この優勝は、我々を信頼しサポートしてくれた保護者の皆様、技術の指導をしてくださった監督・コーチ、休日にも関わらずハンド部に付き添ってくださった先生方、当日東京まで応援に来てくださった保護者・OBの皆様、そしてこの一年間練習についてきてくれたチームメイトのおかげです。この一年はとても内容が濃く、忘れられない一年となりました。

戦　評

▼準決勝　明石　30（18－9、12－14）23　北九州

九州沖縄地区第１代表の北九州と近畿地区第１代表の明石の準決勝第一試合は、北九州の山本（航）の連取で幕を明けた。追かける明石は16分、戸田の連取で逆転に成功。勢いにのる明石は積極的なディフェンスからボールを奪いリードを広げる。

後半、明石はGK田中のファインセーブやディフェンスのトップの位置にいる吉田の守りにより、北九州のミスを誘う。明石はそのまま主導権を渡さず、15分には27対14とし、この試合最大の13点差をつける。走力で勝る明石の圧勝であった。

得点■明石：岩崎・前田7、戸田5、新家・高坂4、橋本3　　北九州：佐伯6、竹崎・山本（航）5、奥村4、山本（晴）2、後藤1

▼準決勝　豊田　19（10－9、9－8）17　金沢

準決勝第二試合は、昨年優勝の豊田と一昨年優勝の金沢が激突。金沢LB宮坂のカットインで先制すると、負けじと豊田水野が連取する。その後、両チーム攻め手を欠きこう着状態となるが、豊田のGK桜井と小野を中心とした堅い守りから、徐々に豊田が主導権を握る。そして豊田の岡田が連取し、6対3としたところで、金沢がタイムアウトを請求。その後金沢はLB宮坂を中心とした積極的な攻撃で追い上げ、ついに21分、宮坂のミドルシュートで8対8の同点に追いついた。しかし、豊田も残り1秒RB水野がスカイプレーを決め、1点リードで前半を終了した。

後半開始2分、金沢は、小西の連取で逆転に成功する。それから両者譲らぬ互角の攻防が続くが、後半14分、豊田RB水野のミドルシュートで3点差としたところで、金沢はタイムアウトをとり立て直しを図るが、点差が縮まらない。残り1分、1点差まで追いすがるが、豊田水野がミドルシュートを決めて勝負を決めた。最後まで、どちらが勝つかわからない接戦であった。

得点■豊田：水野11、田代・岡田3、木下・古田1　　金沢：宮坂・前井5、小西3、西山・杉田・平加・川本1

▼決勝　豊田　29（10－11、19－11）22　明石

決勝戦は、昨年優勝の豊田と21年ぶり決勝に進出した明石が対戦。前半10分、豊田はRB水野の連取で4対2とリードする。その後、明石は豊田の積極的なディフェンスに対し、ポストにパスを入れて崩していく。21分には橋本のポストシュートでついに逆転に成功する。明石は1点リードを守りきり、前半終了。

後半開始早々、豊田が3連取し逆転に成功する。後半7分に明石が退場者を出すと、豊田はこの機を逃さず19対15とリードを広げる。12分、豊田水野のミドルシュートで21対16となったところで、明石はたまらずタイムアウト。タイムアウト後の明石はLB新家のカットイン、RW高坂の連取やGK田中のファインセーブなどで詰め寄るが、豊田も水野の連取で引き離す。20分、豊田の黒田が速攻を決めて25対20とすると、明石は再びタイムアウト。その後明石は、怒涛の攻撃をしかけるが、豊田GK桜井の好守にことごとく阻まれ万事休す。豊田は2年連続9回目の栄冠をかざった。

得点■豊田：水野12、木下7、岡田5、田代3、黒田・太田1　　明石：戸田6、新家・岩崎4、橋本・前田3、高坂2





第25回 日韓中ジュニア交流競技会

開催期間　2017年8月23日～8月29日
会　　場　ひたちなか市総合運動公園総合体育館

【男子】
1位：日本　3勝
2位：韓国　2勝1敗
3位：茨城　1勝2敗
4位：中国　3敗

【女子】
1位：韓国　3勝
2位：茨城　2勝1敗
3位：日本　1勝2敗
4位：中国　3敗

参加報告

総監督　北中 弘規（全国高体連専門部委員長）

本競技会は、1993年日本の福島県で第1回大会が開催され、日本、韓国、中国の3カ国が持ち回りで実施しているもので、今回で25回目となりました。今年度は茨城県ひたちなか市において8月24日（木）から29日（火）まで開催されました。日本選手団は11競技に244名、ハンドボール競技は全国から選抜した選手27名、全国高体連専門部から役員5名の32名が参加しました。

8月24日（木）茨城県水戸市「ホテルルートイン水戸県庁前」に集合しました。15時からホテルレイクビュー水戸において指導者ミーティンが行われ、全体日程、支給物品受取並びに明日からの行動、注意事項等についての連絡がありました。16時からの監督･審判会議では、翌日からの試合方法・ユニフォーム等の確認を行いました。会場を移し、18時から茨城県民文化センター大ホールにおいて総合開会式が開催されました。茨城県立並木中等教育学校管楽アンサンブル部、勝田高等学校オーケストラ部によるオープニングセレモニーの後、日本体育協会会長伊藤雅俊氏、スポーツ庁長官、各国団長の挨拶、三カ国・茨城県代表選手による宣誓があり閉会。エンディングアトラクションには佐和・那珂両高等学校の詩吟剣詩舞が披露され、水戸の歴史を表現した舞踊には素晴らしく感激しました。19時50分からの夕食後ミーティングを行い明日からの試合に備えました。

8月25日（金）からの試合は、ひたちなか市運動公園体育館を会場に日本・韓国・中国・茨城県の総当たりで行われました。なお、試合結果詳細については、監督･選手から別途報告があるので省略します。

日本選抜チームはその名の通り、全国から選りすぐった個性豊かな人材の集合体です。選手一人一人は高いプライドを有している一方、リーダーシップ、コミュニケーションなどに不安を抱きながら、練習や試合に臨みながらの共同生活を営む事になります。そうした意味からも、短期速成チームでコンビネーションの精度を上げ、限られた短い時間の中で戦術や個人の役割等を確認させ、同じ目標に向かって戦うチームとしての大切さを指導して頂いた、男子黒島宣昭監督・疋田雅己コーチ、女子本田眞吾監督・中山学コーチに敬意を表すとともに、選手の皆さんに深く感謝しています。

今回は、国体ブロック予選の日程変更と男子ユース世界選手権ベスト8進出で、全メンバー揃っての直前合宿が大変厳しい状況でしたが、短い期間でまとまりのある集団になってくれました。男子優勝、女子は僅差で3位となりましたが、日本代表として恥ずかしくない戦いをしてくれたと思っています。選手たちの順応力の高さと男子：雄城台高校の橋口博隆君、女子：佼成学園女子高校の須田希世子さんにはキャプテンシーを感じました。今回も韓国の技術の高さ、体幹の強さ、そして何よりも勝利への執念は怖さを感じ、中国の大型化にも対応していかなければなりません。今後も日本は世界に向け、高さとスピードが必要だと改めて感じさせられました。

27日（日）競技会最終の韓国戦を終えホテルで夕食後、茨城県民文化センターにおきましてフレンドシップ交流会が開催されました。水戸葵陵高校の書道パフォーマンス、大洗高校のマーチングアトラクションの後、3カ国選手団代表による歌・ダンスパフォーマンスなどが披露され交流会を盛り上げました。なお、日本からはハンドボールチームの「ムキムキ体操」を披露して会場を盛り上げてくれました。選手達は、この貴重な国際大会の経験を活かし、それぞれが次のステージで活躍してくれることを期待します。

大会の参加に際しては、4月大阪での選考会に協力頂いた大阪高体連の先生方、並びに、選手を派遣頂いた各校の監督、事前合宿を行わせて頂いた佼成学園女子の石川先生、NTC河上さんをはじめ、足を運んで頂き胸をお借りした日体大･日女体・国士舘・東海大、開催地の茨城県協会はじめ、多大なるご支援とご協力を賜りました関係機関の皆様に心から感謝を申し上げます。

今後とも、全国高体連活動へのご理解とご支援をお願いしまして大会参加報告と致します。

第 25 回日韓中ジュニア交流競技会【参加者名簿】

日本選手団		氏名	学校名
総監督		北中弘規	金沢中央高等学校
男子監督		黒島宣昭	興南高等学校
男子コーチ		疋田雅己	天白高等学校
選手	1	高橋　海	法政大学第二高等学校
	2	林　凌雅	洛北高等学校
	3	山本和矢	岡山理科大学附属高等学校
	4	西　遼太	法政大学第二高等学校
	5	大畠洋斗	法政大学第二高等学校
	6	蔦谷大雅	大体大浪商高等学校
	7	中村　翼	北陸高等学校
	8	木田一弥	洛北高等学校
	9	部井久アダム勇樹	博多高等学校
	10	落田駿兵	北陸高等学校
	11	山﨑洸平	市立岐阜商高等学校
	12	宮城風太	小林秀峰高等学校
	13	矢野世人	大体大浪商高等学校
	14	橋口博隆	大分雄城台高等学校
女子監督		本田眞吾	上鶴間高等学校
女子コーチ		中山　学	倉敷青陵高等学校
選手	1	榊　真菜	高津高等学校
	2	中嶋　遥	明光学園高等学校
	3	中村歩夢	不来方高等学校
	4	箱崎乃映	四天王寺高等学校
	5	金城ありさ	佼成女子高等学校
	6	菊原愛莉	駿台甲府高等学校
	7	辻野桃佳	神戸星城高等学校
	8	作田神音	高岡向陵高等学校
	9	今川真奈	日川高等学校
	10	須田希世子	佼成女子高等学校
	11	大窪　葵	不来方高等学校
	12	神谷美名	名経大市邨高等学校
	13	尾辻素乃子	明光学園高等学校
	14	佐野友美	大分高等学校













参加報告

男子監督　黒島 宣昭（興南高校）

第 25 回日韓中ジュニア交流競技大会の選手選考会を本年度 4 月 15 日（土）～ 16 日（日）大阪府堺市家原大池体育館で実施しました。全国各ブロックより推薦を受けた男子 68 名が参加し、大阪府高体連専門部の先生方のご協力の下、体力測定・面接・基本練習・紅白ゲームを通して各ポジションでの技能、取り組みの姿勢等を考慮し、選考委員の北中弘規（金沢中央）、飯田一郎（近江兄弟社）、疋田雅己（天白）、黒島宣昭（興南）の 4 名で代表選手 14 名を選考しました。毎年ご協力いただいております大阪府高体連の皆様方にこの場を借りてお礼を申し上げます。

大会までの準備として、8 月 22 日（火）～ 24 日（木）の 3 日間、味の素トレーニングセンターにて強化練習を実施しましたが、国体ブロック予選や世界ユースと日程が重なり、9 名の参加となりました。23 日（水）には、午前・午後と大学生チームの胸を借りて、各ポジションの確認やゲーム感を養うことを意識して練習試合をしました。23 日の夜に近畿ブロック大会参加の 2 名が合流。翌日、U-19 に参加していた 3 名が移動前に合流しましたが、全員そろっての練習が出来ずに「DF システム、OF プレイ」に不安が残っての現地入りでした。ゲームの中でコミュニケーションを取ることを意識して大会に臨みました。

■8月25日(金)
日本　30(14－12、16－13)25　茨城
【得点】中村7、大畠6、蔦谷5、矢野4、落田・橋口3、山崎・西1

初戦の相手は茨城。全員揃ってのぶっつけ本番であったが、DF を 6：0 ディフェンス主体にして、ゲーム展開によってシステムを変えることを確認して臨んだ。初戦ということもあり、少し浮き足立った雰囲気もあったが、開始 5 分矢野（大体大浪商）のロングシュートが決まって落ち着き、その後大畠（法政二）の速攻、落田（北陸）のポストシュートが決まり主導権を握る。

後半に追いつめられた時間帯もあったが、橋口（大分雄城台）を中心としたディフェンスで粘り強く守って速攻へとつないで得点を重ね、中村（北陸）のロングシュートや蔦谷（大体大浪商）のサイドシュートなどでリードを守り、最後は山崎（岐阜商）のロングシュートで勝利を収めた。

■8月26日(土)
日本　44(20－13、24－11)24　中国
【得点】中村・林7、山本6、蔦谷・矢野・橋口4、西・部井久3、落田・山崎2、大畠・木田1

高さのある中国戦。DF を 6:0 でスタート。橋口の速攻、部井久（博多）の豪快なロングシュートが決まり幸先良いスタートを切る。しかし、中盤、中国も高さを生かしたロングシュートや 1 対 1 からのカットインシュートなどで対応。大型ポストのパワープレイを守る事が出来ずに警告や退場で失点を許す。15 分過ぎに DF システムを 3：2：1 に変えロングシュートを打たせないように守ると相手が攻撃リズムを崩し、ミスに付け込んで速攻で追加点をあげる。後半も、DF が機能して、林（洛北）の速攻、山本（岡山理大）のカットインシュート、木田（洛北）のポストシュートで加点。最後は山崎が決めて 2 連勝を収める。

■8月27日(日)
日本　30(13－14、17－12)26　韓国
【得点】中村9、部井久5、林・西・落田3、大畠・蔦谷・橋口2、矢野1

優勝をかけた一戦。モチベーションを強くもって良い緊張感で臨んだ。個々の技術が高い韓国チームに対し、DF の間を抜かれない事を重視して 6：0DF で対応する。部井久、中村の速攻で流れをつかむが、中盤に韓国の 1 対 1 を守れずにカットインシュートから失点を許す。その後、一進一退の攻防が続き韓国が 1 点リードで前半終了。

後半、DF を再確認し、前半同様に 6：0DF で対応。1 対 1 を粘り強く守り、DF の裏をつくポストパスをカットして大畠・林の速攻で得点を重ねる。残り 15 分「5 点リードを保ちながら終ってほしい」と願っていたが叶わず、日本の罰則で退場者が出た不利な状況で韓国チームに追い上げられた。しかし、GK 高橋（法政二）・宮城（小林秀峰）の二人の好セーブでピンチを救うと西（法政二）がサイドシュートを決め、勝負あり。最後の最後まで気の抜けないゲーム展開であった。とどめは山崎で決めてほしかったが…無事に連覇を達成。

最後になりますが、この日韓中での経験が今後の彼らのハンドボール人生に大きな財産となることを願うと共に、次のステップでもより一層努力し、益々精進して、将来オリンピック等世界の舞台で活躍してくれることを期待しています。

男子チーム主将　橋口博隆（大分雄城台高校）

今回、私たちは 8 月 22 日に招集がかかりました。今年は自国開催もあって、時間に余裕があり 23 日は大学生との練習試合をしました。しかし、ユースや国体の試合が重なって、メンバー 14 人中 9 人で戦うことになり、それぞ

れが持ち味を出し切れずに、苦戦をしました。そして全員が集まったのは出発日の 24 日でした。25 日の茨城県選抜チームとの試合では、立ち上がりはうまくプレーが合わない時があり、接戦でしたが途中からはコミュニケーションをとり、30 対 25 で勝つことができました。26 日の中国戦では、体格の一回りも大きい相手に対して、DF でしっかりとコンタクトをしていき、相手のミスを誘って 44 対 24 で勝ちました。また、27 日の韓国戦では、前半相手 OF の 1 対 1 の強さをカバーして守ることができず、相手のペースになってしまいましたが、後半落ち着いて全員で声を出し、最後には 30 対 26 で勝ち、優勝することができました。

この大会を通し、コミュニケーションをとってチームとして合わせていくことの大切さを学ぶことができました。

男子チーム副主将　山﨑洸平（市立岐阜商業高校）

8 月 22 日から 28 日までの 1 週間、全国から集められた選手達で日韓中ジュニア交流会に参加しました。今回は味の素ナショナルトレーニングセンターでの事前合宿がありましたが、世界ユースに出場している選手と近畿予選のために京都府の選手のいない中で練習に取り組みました。9 人という少ない人数で練習をし、その中で国士舘大学・東海大学の皆さんに協力してもらい練習試合をさせていただきました。9 人しかいないということで 1 人 1 人が自分の役割を果たせるように協力して試合に挑みました。

茨城県へ出発当日に残りの選手と合流し、現地の会場での少ない時間で DF や OF を合わせることになりました。初戦の相手は茨城県ということで顔合わせのあったチームだったのですが、前半は少し競る場面がありリードされてしまうこともありました。けれど、DF でリズムを作り良い流れに持っていくことができました。試合後、翌日の中国戦に備え試合を観戦していきました。中国の選手たちは身長が高くとても荒い DF が特徴でした。

中国戦では高身長を生かした中国 OF を止めることができず、ロングシュートを何本も決められてしまいました。しかし、中国選手はプレーするごとにバテていました。その隙を狙い日本は大量得点し快勝することができました。

今回の最大の敵だと言われていた韓国は、左エースからのフェイントを中心にポストを使い得点をする特徴でした。韓国戦の前夜には十分な内容のミーティングをすることができ、自分たちがやることを明確にして試合に臨むことができました。序盤から競る試合でしたが日本は 2 連覇がかかっており、選手達には十分な気合がありました。後半にはリードを広げていき、危なげなく韓国戦を勝利することができ、2 連覇を達成しました。

事前合宿から大会までの 1 週間を振り返ってみると、とても短く感じます。たくさんのことを学ぶことができ、その中でも海外選手と試合ができたことが、とてもよい経験になりました。事前合宿から大会に携わってくださった方々に感謝を申し上げ、これからもこのよい経験を生かし、上のカテゴリーでも頑張っていきたいと思います。

女子監督　本田 眞吾（神奈川県立上鶴間高校）

今年度の大会は日本（茨城県ひたちなか市）での開催でした。韓国、中国での開催とは気持ち的に余裕があり期待の持てる大会になると考えていました。

今大会に際して 4 月 15 日（土）、16 日（日）に大阪堺市家原大池体育館にて選手選考会を実施しました。全国各地から女子 47 名の参加をいただき、体力測定、面接、基本技能、ゲームを行い、男女各 14 名を選考させていただきました。参加いただいた選手ひとり一人は個性的で、それぞれに魅力があり選考には困難を極めました。選考に当たりご理解、ご協力いただき、選手を派遣していただいた各学校の顧問の先生方、また、選考会の開催を快く引き受けてくださいました大阪高体連専門部前田委員長他、多くの専門部の先生方、そして、選考にあたられた選考委員の先生方には厚くお礼申しあげます。

本年度は、事前の合宿を組めるよう日程を調整し、22 日（火）の午後から 24 日（木）に渡って佼成学園女子高等学校の石川先生にお願いし、引き受けていただきました。

23 日（水）午前中には日本体育大学、午後には日本女子体育大学の協力を得て、練習試合を行うことができました。しかしながら、最終的に全員が集合できたのは合宿最終日となり、個々の選手のフィジカル、メンタル、テクニック等、チームとして十分な掌握ができないままに、大会に臨むこととなりました。

翌日 24 日（木）合宿最終日、午前中練習を行い、会場となる茨城県ひたちなか市に移動しました。午後からの日本選手団指導者ミーティング、監督・審判会議、そして開会式を経てホテルに戻り、明日からの試合に備えました。

今大会の参加チームは、日本、韓国、中国、茨城県の 4 チームで、総当りのリーグ戦となります。

各チームの概要は、韓国（女子）は黄池情報産業、三陟女子、一信女子、仁川女子、仁川 BUSINESS の各高等学校（韓国の大会でのベスト 4）から選抜されたメンバーでした。中国は国家青年女手の単独チーム、茨城県は、県立水海道第二高等学校単独での参加でした。

25日（金）男女共に茨城県代表との初戦です。女子は第一試合で10：00からでした。今年度全国総体3位の水海道二高、単独での参加ということで、日本選抜代表チームとしては最も警戒していた試合でした。

■8月25日（金）10：00～
日本　20（6－11、14－10）21　茨城県

立ち上がり、両チーム共に硬さが見られる中、抜け出したのは茨城県。9分を過ぎて2対7とリードされ作戦タイムを取る。その後は、一進一退の攻防で、前半を6対11で折り返す。

後半は、始まりからお互いの特徴が出て点の取り合いとなるが、15分過ぎに茨城県は立て続けに退場者がでて4人となり、その間に同点まで追いつくもリードできず、スコアは14対10で善戦も最終的には20対21で惜敗となった。反省としては、前日に会場へ入らず体育館の状況を十分に把握できなかったこと、初戦ということで、会場到着から準備、ウォーミングアップの時間が十分でなかったこと、チームでのDFのシステム、合わせが不十分だったことなどがあげられる。その夜、明日の中国戦に向けて反省をし、課題を持ちミーティングを終えた。

■8月26日（土） 10：00～
日本　50（26－7、24－13）20　中国

昨日の反省点を踏まえ早めの会場到着とした。体育館での準備を早々に行い、十分な状況を整えて試合に臨むことができた。立ち上がり、LW作田のサイドシュート、DFからLB今川のロングパスでCB須田の速攻シュートなど5分で5対0とリードする。その後もDFが冴え渡り、両GK榊、神谷の好セーブがひかり、前半で26対7と大量リードとなる。

後半は中国もCB5番、LB10番などの得点で追いすがるも50対20の大差で終了。全員得点のゲームで、明日の韓国戦に向けてよい戦いであったと考える。中国チームは、平均身長170.9㎝で大柄ではあったが、スピード、パワー、テクニックともに4チームの中では抜きん出るものはなかったと思われる。しかしながら、今後は十分に注意を要するチームであることは間違いないと考えられる。

■8月27日（日） 10：00～
日本　29（15－17、14－15）32　韓国

いよいよ韓国戦、ひとり一人の意識もよい緊張の中でゲームを始めることができたと考える。1点目はLB今川からRW中村のサイドシュート、韓国もLW7番の速攻で1点を返す展開で始まった。その後、LW作田のサイドシュート、P大窪のポストシュートで加点するも、5分で3対6と3点差となり1回目の作戦タイムを取る。その後は、CB須田を中心にLB今川、RB金城のシュートで15分には8対9とする。韓国はその後、CB10番のミドルシュート、カットインシュートなどP11番のポストシュートなどで加点し、前半は15対17と2点差で折り返す。ハーフタイムでOF、DFの確認を行い後半へ。

立ち上がりお互いリズムを作れず膠着した。10分までで韓国は5点、日本は消極的なミスが続き得点は1点のみ、16対22の6点差となる。その後、日本は20分までに23対28とする。すると以降、試合終了までに、RB金城、LB今川、P大窪のシュートで残り3分で28対30と追いすがる。この勢いで逆転を狙うも、試合終了残り1分で韓国に2点を献上し29対32の3点差で終了となった。全体として、試合自体は流れをうまく読みながら適材適所で選手もそれに答えよい展開で試合ができたと考える。しかしながら、ここぞというときに得点につながるプレーを強いメンタルでやる力を持つこと、シュートを決めきる力を持つことの差が出た試合であったと考える。

最終的に、韓国3勝、茨城2勝1敗、日本1勝2敗、中国3敗という結果でした。結果は結果として真摯に受け止め、この経験を次世代に受けついでレベルを上げていければと考えます。

大会を終えて、これまで携わっていただきました多くの方々、特に、事前合宿を快く引き受けてくださいました佼成学園女子高等学校石川先生、日本体育大学辻先生、日本女子体育大学亀井先生、そして、各校のハンドボール部員の皆さんに心から感謝を申し上げます。また、今大会、日本開催では思いもよらない落とし穴があったように感じています。それは、自国開催がゆえに、言葉の不便さ、人とのかかわりの不便さがないがゆえに、些細なところでの不便が大きく感じられました。一つには、競技会場での案内、誘導です。会場の内部の詳細を自分たちで確認しなければならない不便さが、時間、行動を遅らせ、精神的に混乱をまねいてしまう状況があったと感じています。自国開催だからこそ、チーム付の案内、誘導、通訳を配置していただき試合に専念できるよう配慮していただきたかったと感じています。また、ホテルでの担当者との連絡調整の部分で本部と各宿泊所での十分な疎通がなされていなかったところが気になりました。各種目それぞれに不便はなかったのか、各時間の設定、会場移動の配車の確認、競技会その他の変更の有無の確認、食事の面等、選手が戦うために十分な状況を作れたのかどうか、自国開催だからこそ融通を利かせて、よい結果を導く開催側の準備が必要ではないかと感じました。大会関係者の皆様には大変なご苦労があった事と存じます。各種目競技会のためにご足労いただいた開催地の皆さん、心から感謝申し上げます。ありがとうございました。

最後に、この大会に選抜され、出場し、貴重な経験をされた選手の皆さん、ハンドボールの今後を担う競技者として、これからの進路、また、東京オリンピックに向けて更なる精進をされんことを願って、結びの言葉、贈る言葉とさせていただきます。ありがとうございました。

女子チーム主将　須田 希世子（佼成学園女子高校）

8月22日から強化合宿の方をさせて頂き、三日間で合わせの練習などをしてから交流競技会に臨ませて頂きました。この合宿でチームにしないといけない、プレー面でも合うようにどうやろうかと話し合ってやっていきました。

初戦、開催地の茨城選抜と戦ってスタートの立ち上がりがうまくいかず、5点ビハインドで後半がスタートしました。そこから、着々と点を重ねていきましたが一点差で負けてしまいました。追い上げる力はある、まだまだ力は出せる、と中山先生におっしゃって頂き、中国戦では一人ひとりが狙って、茨城戦よりもチームらしくなっていき手応えのある試合ができました。韓国戦、後半2点差まで追い上げたものの、相手の体幹力・シュートテクニックに対応することができず、1勝2敗で3位となりました。選抜チームをまとめること、国際試合で常に力を出し続ける難しさを痛感した日々でした。

今まで違うチームで戦ってきた人たちとこうやってチームメイトとして一緒に戦うことができ、良い経験をさせて頂きました。それにもっと上のカテゴリーで戦っていくにはさらに自分の判断力、シュートテクニックなどを磨き上げていかなければいけないと思いましたし、自分のチームに戻ってこの経験を生かしていこうと思います。中山先生、本田先生、この大会に関わった皆様のおかげで充実した日々を過ごすことができました。本当にありがとうございました。

女子チーム副主将　菊原 愛莉（駿台甲府高校）

この度、茨城県で開催された第25回日韓中ジュニア交流競技会に参加させて頂きました。試合前には佼成女学園で事前練習がありましたが、2泊3日という短期間だけで大丈夫だろうかと正直不安もありました。

初戦は地元の茨城県との試合でした。アップ時間不足により前半だけで5点差もひらき日本も後半追い上げましたが1点差で負けてしまいました。その日の、夜ミーティングで中山先生に「皆はお互いに遠慮してしまい、チームになれていなかった」と言われ、その後私達は試合について思った事などを話し合い「明日は必ずチームとなり1勝しよう！」と決めました。

中国戦では1人1人が遠慮する事なく50対20の点差で勝てました。チーム全員が得点を挙げ皆で掴んだ1勝でした。

最終戦は韓国との試合でした。韓国選手のスピードとシュートへの意識の高さに圧倒され29対32で負けてしまいました。初日はベンチの選手もなんと声を出していいか分からず、静かな雰囲気が続きましたが、最終戦ではベンチ選手も声を出し続け、プレーしている選手1人1人がチャンスがあれば積極的にシュートを狙い1番チームらしくなっていると感じました。

この1週間、チームの中で自分1人だけ全国大会へ出場した事がなく、ついていけるのかと不安を感じていました。日本や海外のトップレベルのプレーを体感でき、とても刺激的で勉強になる交流会でした。今回私が1番大切だと思ったのはシュートに対する意識でした。ハンドボールはより多くシュートを決めて、より多く守ったら勝ちとなります。当たり前の事ですが、改めて大切さに気付かされました。

短い期間ではありましたが、中山先生、本田先生と13人の仲間とチームを組めた事を嬉しく思います。この大会に関わった皆様に感謝し、今回の経験から学んだ事を生かし、次のステップでも全力で頑張ります。本当にありがとうございました。

第19回全日本ビーチハンドボール選手権大会

開催期間　2017年8月26日～8月27日
開 催 地　兵庫県・神戸市
主　　催　（公財）日本ハンドボール協会
主　　管　（公財）日本ハンドボール協会ビーチハンドボール委員会、兵庫県ハンドボール協会
後　　援　兵庫県・兵庫県教育委員会・（公財）兵庫県体育協会・神戸市・神戸市教育委員会、（公財）神戸市スポーツ教育協会・（公財）神戸市公園緑化協会・神戸新聞社、（株）アシックス・（株）スポーツイベント
協　　賛　（株）モルテン・（株）グリーンヒルホテル
会　　場　兵庫県神戸市・舞子海岸東浜緑地「アジュール舞子」特設コート



第19回全日本ビーチハンドボール選手権大会を振り返って

（公財）日本ハンドボール協会ビーチハンドボール専門委員会　委員長　**大原 康昇**

昨年に引き続き、8月26日（土）・27日（日）に兵庫県・神戸市 舞子浜海岸東浜緑地「アジュール舞子」特設コートにおいて、第19回全日本ビーチハンドボール選手権大会が開催されました。今大会は、男子6チーム、女子6チームの計12チームで行われました。猛暑の続きで、会場設営は大変でしたが、25日の初心者講習会には、約50名の人が参加し、ビーチハンドボールに親しんでいただきました。大会当日も晴天に恵まれ、無事大会を終えることができました。試合結果は次の通りです。

【男子の部】優勝：BBJ（神奈川）、準優勝：東海 Weeds!（愛知）、3位：ABG2017（愛知）

【女子の部】優勝：SHINE（東京）、準優勝：日本体育大学（東京）、3位：東海 Weeds!（愛知）

上位チームに心から賛辞を贈ると共に、健闘された各チーム選手の皆さんに敬意を表します。

また、国内においても、沖縄、宮崎、和歌山、愛知、横浜、千葉、行方（茨城）、青森等でも大会が開催されています。是非、一度は経験していただきたいと願う次第です。特に、若年層においては、砂の上であり、トレーニングの一環として参加していただければと思います。今後も普及活動を行い、競技人口を増やすことで、世界と互角に戦えるように選手を強化し、国際大会に出場できるように尽力していきたいと思います。

第20回大会は、愛知県で行われる予定です。本大会は、日本一を決定する唯一の大会です。たくさんのチームが参加していただき、ビーチハンドボールをもっと盛り上げていきたいと思います。

最後になりましたが、大会開催にあたり、ご指導、ご協力いただきました（公財）日本ハンドボール協会をはじめ、兵庫県、兵庫県教育委員会、兵庫県体育協会、神戸市、神戸市教育委員会、神戸市スポーツ教育協会、神戸市公園緑化協会等の各団体、大会を後援・協賛をしていただきました神戸新聞社、アシックス、モルテン、グリーンヒルホテル等の各企業に心から御礼を申し上げます。また、大会を陰から盛り上げていただいた大会役員関係、兵庫県協会役員関係の皆様、補助員の兵庫県立明石清水高等学校の皆様には、心より感謝申し上げます。

男子優勝

BBJ



チーム BBJ

8月26、27日と兵庫県神戸市のアジュール舞子で開催された全日本ビーチハンドボール選手権大会は2日間とも天気に恵まれ、最高のビーチハンドボール日和となった。大会運営に携わっていただいた関係者の皆様、お忙しいなか企画準備等、誠にありがとうございました。

BBJは今大会初めて結成したチーム。メンバーは過去に日本代表としてアジアビーチゲームズに出場経験のある小松大地、松永健、高良優樹。湧永製薬を3月に引退したばかりの新名亮介。大分のクラブチームで活躍している佐藤友哉。また日本体育大学在学時にインカレ4連覇を成し遂げた塚本博樹。ビーチハンドの大会に出場経験のある小林優介と、日本体育大学の卒業生が中心となったチームで、ビーチとインドアの経験の最大限に活かし、初優勝する事ができた。

本大会予選リーグは1勝1敗でAブロック2位として決勝トーナメントに進出。準決勝では前回の日本代表選手で構成されたABGとの対戦となった。1番の山場と想定していたとおり、両チームとも1セットずつ奪い勝負はショットアウトへ。ショットアウトでは、キーパー小松のナイスセーブもあり、4対3（5本目はなし）で勝利。決勝では前日の反省を活かし、予選リーグで敗れた東海Weedsに2セットを連取して優勝する事ができた。

今後BBJのメンバーはアジアビーチゲームズに出場し決勝進出、ワールドゲームズへの出場を目標に活動していく。それと同時にビーチハンドボールという競技を1人でも多くの方に知っていただき、ハンド界全体を盛り上げていきたいと思う。



女子優勝

SHINE

『王座奪還』

ここ数年、あと一歩というところで“優勝”を逃してきました。チームメイトは居住地も職場も異なるため、練習時間や練習場所を確保できない中、チームワークが必要とされる競技でありながら、不安を抱えて大会を迎えることとなりました。

初日は、危なげなく２試合勝利し、予選リーグを突破することが出来ました。翌日の準決勝１セット目は優位に試合を進めることが出来ましたが、２セット目はなかなか得点が奪えず苦しい展開となりました。最終的には勝利することが出来ましたが、決勝戦に向け課題が残る展開となりました。

決勝戦では、１セット目から緊張感ある展開の中、２点シュートを確実に得点に結びつけ、勝利しました。２セット目も常にリードを保つ展開となりましたが、終盤逆転され、最後に決めきれず追いつけず。ショットアウトではチーム一丸となり、８年ぶりの優勝を飾ることが出来ました。最後のシュートを決めた時のあの瞬間を決して忘れません！ SHINE のみんな、本当にありがとう！！！

ビーチハンドはインドアハンドに比べまだまだマイナー競技ですが、アクロバティックなパフォーマンスが魅力な競技です。今大会は例年に比べ、大会のレベルも向上し、ピルエットシュート、スカイシュートなど２点シュートに果敢にトライする選手も増えたように感じました。このようなスキルの発展が、競技の普及にもつながり、大会のレベル向上が期待されると思います。

最後になりましたが、今大会開催にあたりご協力いただきました、日本ハンドボール協会、兵庫県ハンドボール協会、運営補助員など関係者の皆様に心からお礼申し上げます。

☆望月ちひろ☆ビーチハンドの普及、強化の為には２点プレーができる選手とチームが増えること。
☆長谷川千紗☆ビーチハンドに触れて約７年。ついに勝ち獲りました！
☆石立真悠子☆初めてのビーチハンド。インドアとは違った魅力！冬はインドア、夏はビーチにトライ！仲間に感謝！
☆山中絵里奈☆７年ぶりにプレーし、ビーチハンドの魅力を改めて実感。また皆と一緒に。
☆丸杉伊世梨☆１番欲しかったタイトルをついに獲りました！これからも多くの方にビーチハンドの魅力を知ってほしい！
☆大山由貴☆優勝最高～ (^ ○ ^) ビーチ最高♡
☆脇田春奈☆最高のメンバーで最高の結果 !! やっぱり beach は最高に楽しいです！
☆安藤有紀子☆やりました！日本一！先輩方偉大すぎ！ビーチハンド最高
☆森智佳子☆最高の時間！最高の思い出！ガッツポーズ！
☆赤石有里紗☆ FINAL は常に気の抜けない試合展開。緊張感を楽しんでプレーし、優勝することができて嬉しい！

戦評

▼男子決勝　ＢＢＪ× 東海 Weeds!

昨日の予選リーグでは、東海 Weeds! が勝利をしたが、準決勝を勝利し勢いづいた BBJ との予選 A ブロックの再対決となった。

第 1 セットは、パワーとスピードに勝る BBJ が、塚本のスカイプレーで口火を切り、佐藤、小林のピルエット、スカイシュート等、2 点を重ねた。対する東海 Weeds! は、中野、澤田のピルエットシュート等で応戦するが、10 分過ぎには 15 対 6 とリードし、19 対 9 で 1 セットを終えた。

第 2 セットに入り、BBJ のディフェンスを破れない東海 Weeds! に対し、BBJ の 2 点シュートは止まらず、25 対 11 で第 2 セットもとり、BBJ が優勝を手にした。

▼女子決勝　ＳＨＩＮＥ × 日本体育大学

第 1 セット開始早々、日体大の GK 竹谷の好守を崩せず、日体大が 5 対 1 とリード。SHINE は、8 分すぎから長谷川の連続スカイプレー、丸杉、大山の連続ピルエットシュートで 6 対 9 とリードした。その後、日体大も追い上げたが、SHINE が、11 対 13 で第 1 セットをものにした。

第 2 セットに入り、日体大の本間のシュートや SHINE の望月の 2 点シュートなど、一進一退の攻防の好ゲームを続け、16 対 15 で日体大がしのぎ、セットを獲得した。

ショットアウトは、お互い 5 人では決着がつかず、5 対 5 からのサドンデス、7 人目でミスが出た日体大に対し、確実にシュートを決めた SHINE が勝利し、優勝を手にした。










molten
For the real game
Official Partner of IHF
国際ハンドボール連盟
公式試合球
IHF OFFICIAL GAME BALL
[3号球] 品番 H3X5001-BW ¥8,400（本体価格）＋消費税
[2号球] 品番 H2X5001-BW ¥8,200（本体価格）＋消費税
国際公認球 検定球 人工皮革 縫い ブルー×ホワイト ラテックスチューブ
www.molten.co.jp


asics
GEL-FASTBALL
DASH
MORE FAST
ダッシュ性能を追求したスピードモデル。
GEL-FASTBALL 2 NEW
THH545
本体価格 ¥11,800＋税
サイズ 23.0〜29.0・30.0cm
0190
ホワイト×ブラック
4501
アシックスブルー×ホワイト

帯同報告

祝！男子ユース世界選手権ベスト８
～ドクターの立場から～

筑波大学附属病院　整形外科　**大西 信三**

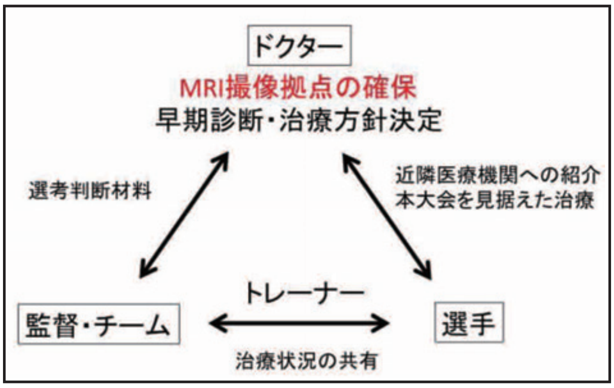
初のベスト８進出を果たした第７回男子ユース世界選手権に帯同させていただきました。今回、ドクターとして自分の思うままに活動することができたと思っておりますが、その環境を作り出してくださったのが所努監督（総社高校）です。所監督は前回ユースチームではコーチを務められ、2015 年のU22 東アジア選手権、第６回男子ユース世界選手権、2016 年ユースアジア選手権、2017 年６月にドイツで開催された Nations cup、そして本大会と計５回の国際大会で共に働かせていただきました。医事関係に関して、相談しながらこちらの提案を全て快く受け入れてくださった所監督にまずこの場を借りて感謝いたします。

さて、それでは早速本題ですが、①事前合宿、②移動、③食事、④アンチドーピングの４点に関して触れさせていただきます。

①事前合宿

選手選考を含めた事前合宿が行われますが、問題となるのは合宿参加時に抱えている障害や外傷です。慢性化している障害(投球障害肩や腰椎分離症)に関しては選手もそれぞれ対処法を心得ており、鎮痛薬でプレー継続可能なことが多いです。ところが、捻挫などの外傷は、適切な安静期間を確保しなければなりません。無理してプレーを継続したために、目標とする大会をベストコンディションで迎えられなくなることもあります。代表チームにおいてはそこに「選手選考」の要素が加わります。当然試合までにはコンビネーションプレーを含め練習期間も必要ですし、「安静期間＋段階を踏んだ練習参加」を経てベストコンディションで本大会を迎えられるか、その情報が監督・チームが知りたいことだと思います。

さて「ドクターは選手をすぐ休ませる」と考えている指導者の方はさぞ多いことだろうと思います。しかし、我々も悩ましいところで、筋肉や靭帯・腱の回復過程を考えると、どうしても一定の安静期間が必要になってしまいます。とはいえ、世界選手権という大舞台に選手も当然立ちたいですし、動けない選手はチームとしては「戦力外」になります。ドクターとして一番責任重大な決断です。そこで早期診断・治療方針の決定が必要になるわけですが、全国から選手が集まっての貴重な合宿期間中に、なかなか検査の時間を取ることが難しいのが現状です。そこで今回は合宿終了後、選手の帰路に、私の所属先の筑波大学整形外科がスポーツ外来を行なっている八重洲クリニック（東京八重洲口徒歩５分ほど）にて MRI 検査を行いました。これにより靭帯の損傷の程度、捻挫の程度を正確に把握し、世界選手権に間に合うかどうかを判断、今後の復帰までの計画を立て、選手にはその内容を持参の上、近隣の医療機関で治療を継続してもらいました。またチームにも計画を伝え判断を委ねましたが、幸いにも今回は外傷のため世界選手権に参加できない選手はいませんでした。今後もカテゴリーに関係なく、このような体制を強化していくべきだと思っています。



チームにおける医療体制：監督と選手間でのパワーバランスにより選手が無理をしないよう、また逆に選手が出場したいがために無理することにも配慮が必要

②移動

今回の世界選手権は、成田からドーハ経由でジョージア（トビリシ）へのフライトでしたが、ドーハでのトランジットが 10 時間のため、空港内のホテルに滞在しました。ドーハには現地時間の AM3:00 に到着し、PM1:00 に出発でした。個人的な感覚ですが、ホテルでゆっくりと睡眠がとれた

ため、その後時差への対応がスムーズだったと思います。日本とドーハの時差が－６時間で、ドーハとジョージアの時差は１時間（日本とジョージアの時差は－５時間）、西向きの移動の場合は移動当日から現地時間に生活を合わせることが推奨されており、ドーハで現地時間に合わせた睡眠を取ることができたのが大きかったのではと考えています。もともと西向きの移動の方が東向きの移動に比べて時差ボケが少ないとされています。しかし時差にうまく対応できないと入眠困難・睡眠障害だけでなく、集中力の低下や心身疲労、食欲減退なども起こり、パフォーマンスの低下を招きます。時差の解消には、時差１時間あたり１日が必要とも言われており、国際大会で長期間戦うためには、出発数日前からの就寝・起床時間の調整、さらには光照射による体内時計のコントロールも重要だと考えています。理解が得られれば、これらの方法を取り入れていければと思います。

③食事

海外選手との体格差を埋めるため、筋力を中心にした体重の増加が求められます。今回のユースチームでは、吉村晃コーチの発案により、選手が摂取している食事を３食 LINE にアップし、チェックするという試みが行われました。６月２日から開始された選手たちの食事写真掲載は、ドイツでの Nations



LINE への３食掲載とアドバイス

cup 大会期間中や合宿中を除き、７月 21 日まで約 1.5 ヶ月に渡りました。その間、医事委員の栄養部門を担当されている永澤貴昭先生（和洋女子大学、スポーツ栄養学）に依頼して内容を確認いただきました。吉村コーチ・永澤先生のアドバイスを受け、選手たちの食事内容にも変化がみられ、ユース世代でこのような知識と意識を持つことは、選手達の今後の体づくりに有用なのは間違いありません。今回は永澤先生が無償で行なってくださいましたが、選手全員分の毎食チェックは量として莫大なため、予算を組んだ有償での、栄養士数人によるサポート体制構築を提案していきたいと思います。



ハンドボール選手の食事の基本

コンディションの維持・調整やパフォーマンス向上のためには、運動量に見合うエネルギーとさまざまな栄養素が必要です。下に示した写真のように主食、主菜、副菜、乳製品、果物を揃えることでハンドボール選手に必要な栄養の質と量をとりやすくなります。日々の食事を見直して、基本の形を意識して食べましょう。

- ①主食　ご飯、パン、麺類など　エネルギー源となる糖質をしっかり摂取！
- ②主菜　肉、魚、卵、大豆製品など　身体をつくるたんぱく質の供給源！
- ③副菜　野菜、海藻、きのこ、イモなど　毎食2品以上を目標に！野菜は緑黄色野菜を積極的に！
- ④乳製品　牛乳、ヨーグルト、チーズ　チーズは脂質が多いので食べ過ぎは注意！
- ⑤果物　季節のフルーツなど　旬の果物を毎食食べることを目標に！

応用編　毎食①～⑤が揃うような工夫が必要です。下記の応用編も参考にして日々の食事内容を充実させましょう。

- ②③④を１品で　シチューのルウを牛乳で作り、具をたくさん入れれば②、③、④をとることができます。※その他のルウ物にもアレンジ可能
- ③副菜の選択　汁物も副菜の１品となるため、けんちん汁など、具の多いものをとるようにしましょう。
- ⑤果物の代用　100%のオレンジジュースとグレープフルーツジュースはビタミンCが多く含まれるため果物の代用となります。

できることはからはじめて、徐々に整えていきましょう！コンビニを上手に利用しましょう！



コンビニを活用して楽チン朝食を摂取しよう

なぜ筋肉が増えない。朝食摂取の重要性とは？

筋肉増加に必要なエネルギー補給

- アスリートにとって一日に必要な栄養量は非常に多く、朝食なしにその量を満たすことは不可能です。
- 朝食のエネルギーがしっかりと補給されなければ、筋肉が分解されて運動のエネルギーとして使用されてしまうため、筋肉量は増えにくくなります。

脳へのエネルギー補給

- 思考力・集中力が低下するためケガの発生リスクも上がります。

体温を上げて栄養素を整える

- 朝食を摂取しないと体温が上昇せず、筋肉の代謝も上がらないため、からだづくりにも影響します。

朝食の強化方法例

コンビニ等に売られている市販のものを利用することで簡単に栄養を強化することができます。

朝食を整えるポイント

①主食
- 糖質補給のためにご飯、パン、麺、シリアル類は必ず食べましょう。
- サンドイッチやおにぎりなどコンビニで手軽に買えるものでも良いでしょう。

②主菜
- たんぱく質の補給として、肉、魚、卵などを食べましょう。納豆、コンビニの総菜やサラダチキンなどを利用しても良いでしょう。

③副菜
- カップ味噌汁や豚汁、サラダ、ひじきの煮物などコンビニのお惣菜を利用すると便利です。
- スーパーで売られているカット野菜や野菜ジュースを利用しても良いでしょう。

④フルーツ
- ビタミンを補給し、炭水化物やたんぱく質をフル活用させる助けになります。
- 果汁100%のジュースやカットフルーツでも良いでしょう。

⑤乳製品
- 骨を強くするために乳製品（牛乳、ヨーグルト、チーズなど）を補給しましょう。

身近にあるコンビニには、さまざまな食品が売られています。上手に活用すれば、朝食の手間を省きながら競技力向上の助けになる栄養素を補給することができます。

日本ハンドボール協会医事委員会栄養部門　永澤貴昭

永澤先生から LINE への資料提供

④ドーピング

ドーピングに関しては、毎年１月１日にドーピング禁止表国際基準の変更が発表されます。これらの変更の重要点は日本ハンドボール協会ホームページの「競技者・関係者向け」ページに掲載されています。2017 年は「ヒゲナミン」という禁止物質が例示されています。呉茱萸(ゴシュユ)、附子(ブシ)、

細辛（サイシン）、丁子（チョウジ）、南天（ナンテン）という生薬に含まれ､「南天」のど飴は避けるよう通達されています。 アンチドーピングの観点から漢方薬は原則全て禁止ですが、ヒゲナミン含有生薬は多数の漢方に使われています。さらに日本代表チームのドクターバックにも入っていた「S・M 散」という胃腸薬にも丁子が含まれており、病院から処方される薬も毎年確認が必要です（ドクターバックから S・M 散は除外されております）。



ドーピング検査を受けた選手たち

さて、このように気を抜けないドーピング事情があるわけですが、合宿中に講義が行われるなどして選手達の意識は以前と比較して高くなっていると感じます。違反に対する罰則が強化され、以前の検体が再検査されている御時世ですので、そうでなければ困るというのが本音でもあります。しかしユース世代のアジア大会ではドーピング検査が行われることは私の経験上はなく、世界選手権に出場しなければ選手が実際にドーピング検査を受ける機会はない状況です。これはアジアハンドボール連盟と国際ハンドボール連盟の組織力の違いなのでしょうか。ホテル･食事の質や、練習会場などもアジア選手権と世界選手権では雲泥の差です。話を元に戻しますと、１度ドーピング検査を受けた選手たちは、「アンチドーピング」を自分の問題として受け止めることができるようになります。「百聞は一見にしかず」、何より経験することが大切です。ベスト８進出により、これまでの倍の人数である尿検査５人・血液検査１人のドーピング検査が行われました（予選敗退時は尿検査２人・血液検査１人)。ベスト８では１試合で２人の尿検査が行われた試合もありました。試合直後の軽度脱水状態で 90cc 以上の尿を提出するというのは選手も大変で、水を飲みながら１時間程度ドーピングルームにこもっている事が多く、付き添いのドクターとしては嬉しい悲鳴と言ったところでした。今後もこのような状況が続くことを切に願っています。

今回は誌面の関係上①事前合宿、②移動、③食事、④アンチドーピングの４点を大きく取り上げましたが、その他には試合中の経口補水液として OS1 ゼリーをこれまで使用していましたが、１個 200g と重いため 20 個ドクターバックに入れて持っていくのが限界でした（ドクターバックを持ち歩くのもかなりのトレーニングです)。今回は 1L に１パック溶かす粉末タイプを 35 パック（5 箱）持っていきました。通常の飲料と OS1 とを試合中は両方飲み、出場時間の長い選手が主に使用していました。脱水状態だと OS1 が「美味しく感じる」といった声や、試合中にこむら返りになる選手がいなかったことなど感覚として良い手応えがありました。今後はさらに試合後の体重減少が少なくなる可能性や、翌日の疲労感の違いなども検討したいと思っています。ドクターは試合中に出番がなければ「御守り」みたいなものですが、試合外での選手のコンディショニングに役立てるよう、これからも一歩ずつ踏み込んでいきたいと思います。



試合中に使用する OS1 の準備

第1回

「部活動は競技力を高める場である！」と考える、あなたへ

神谷　拓　宮城教育大学准教授

1．連載を始めるにあたって

今月から、３回にわたって「『運動部活動の教育学』への誘い」という連載をします。「運動部活動の教育学」は、私がつくった言葉であり、まだ新しい学問領域ですので、聞き慣れないかも知れません。現在、多くの人たちに参加・賛同してもらい、少しずつ形にしている最中です[1)]。

もしかしたら、皆さんの中には「運動部活動が学校教育にあるのは当たり前ではないか！」という人がいるかもしれません。その人からすれば、「何を今さら『運動部活動の教育学』なんて言っているのだ！」と思うことでしょう。あるいは、「なんで自分が運動部活動の指導をしなければならないんだ！」と怒っている人もいるでしょう。その人からすれば、「なんで、部活動をやりたくないのに『運動部活動の教育学』なんて余計な事を言うのだ！」と思うかもしれません。

しかし、実際にはそれぞれの人にとって「運動部活動の教育学」は必要です。そのため私は、この連載を通して、皆さんを「運動部活動の教育学」の世界にお誘いしようと思っています。どちらの立場の人も、少しだけ耳を傾けてくれると嬉しいです。

2．競技力を高める場として部活動が成立してきた理由

まず今回は、「部活動は競技力を高める場である！」と考える人たちに向けて、お話ししたいと思います（部活動をやりたくない人には、次号以降でお話しします）。

皆さんが考えるとおり、これまで運動部活動は競技力を高める場として位置づけられてきました。今でこそ、プロ・スポーツクラブでアスリートを養成する環境が整備されつつありますが、今日に至るまで運動部活動こそが、競技力を向上させる場だったのです。実際に、そのような場として位置づけるべく、今日まで教育制度的な条件が整備されてきました。例えば、子どもの進学に必要な内申書・調査書では、競技成績を記入できます。競技成績が評価されて、高校や大学に進学する生徒も多くいることでしょう。また、大会がなければ競技成績をつけることができませんが、これまで運動部活動の大会は、中体連や高体連が定めた基準に基づいて、学校教育の一環として運営されてきました。

そもそも戦後しばらくの間は、今日のように全国的規模の大会が頻繁に開催されていませんでした。例えば、中学校では全国大会が認められていなかったのです。しかし、オリンピックでの惨敗や、国体を盛り上げるなどの理由で、部活動における選手養成に期待が集まり、全国大会を禁止した基準は緩和され続けて、今日に至っています。

3．「部活動は競技力を高める場である！」の限界

このように教育政策や制度の「お墨付き」を得て、運動部活動の大会は学校教育の一環として実施され、選手養成の場として機能してきました。そのため「部活動は競技力を高める場である！」「競技力を高めることに教育的な意味があるのだ！」という主張が、「一部の人に」受け入れられてきました。しかし、注意しなければならないのは「一部の人にしか」認められない主張だということです。なぜでしょうか。

それは、競技力を高めることが、学校で働く教員の専門性と、どのように関わるのかが説明できないからです。今日まで、部活動の指導をしてきたのは学校の教員でした。言うまでも無く、学校の教員になるには、大学で専門的な指導を受けなければなりません。国の法律で定められた科目・演習・実習を受けて、単位を取得する必要があるのです。今、教員として働いている皆さんも、教科教育法や教育課程論などの授業を受けた経験があることでしょう。そのような教員になるための必修科目に、「オリンピック選手育成法」とか「ハンドボール選手育成法」といった科目は位置づけられていません。つまり、教員免許で想定している専門性の範囲に、トップ・アスリートを養成するような力量は、想定されていないのです。想定されているのは、各科目を教えるために必要な科学、原理、実技能力であり、それと選手養成に向けた指導との間にはギャップがあります。このように考えると、「教員は選手養成の専門性を持ち得ないのに、なんでその指導をしているのだ？」という疑問が生じるのです。言い方を変えると、今日、運動部活動を学校教育に位置づけるうえで、「部活動は競技力を高める場である」と述べるだけでは、説得力を持ち得ないのです。

４．競技力向上と教育の接点

このように「部活動は競技力を高める場である！」という主張に関わる歴史と限界を知り、これから、どのようにして教育との接点を見出していくのかを考え、実践していくのが「運動部活動の教育学」です。私は、「競技力を高めることに教育的意義がない」と言っているのではありません。それは、地域のスポーツクラブや、プロ・スポーツクラブでも主張できる内容であり、それだけでは、教員が学校の運動部活動を指導する理由にならないと述べているのです。

では、競技力を高めることと学校教育の接点を、どのように見出していけば良いのでしょうか。皆さんは「練習とは自主的に行うものである」、あるいは、「部員のモチベーション・やる気を高めたい」という台詞を言ったり、聞いたりしたことはありませんか？　私は、このような競技力向上に関わって発せられる言葉に、ヒントがあると考えます。自分から意欲的に練習に取り組むことによって、練習の成果は高まります。だからこそ、先ほどのような台詞が出てくるのでしょう。では、モチベーション・やる気とは、どのように高まるのでしょうか。スポーツ心理学の知見や、動機付け研究の知見をふまえると、その条件の一つに「自己決定」があります。つまり、自分たちで決める・判断することによって、自主的に行動するようになるのであり、やる気や意欲も高まるのです。

考えてみれば、学校の教員は、子どもを課題に向かわせ、解決させる専門家です。授業でも、子どもを無理矢理、学習課題に向かわせるのではなく、自ら取り組めるような教材を研究し、実際に指導をしていることでしょう。また、運動会などの特別活動でも、子どもたち自身の手で企画・運営をさせるために、課題解決の権利を委ねていることでしょう。そして、そういう知識や教養を、大学の教員養成課程で学んできたはずですし、日々の教育実践でも、それらの知識や教養を活かすべく、自らの専門性を磨いているはずです。それが教員として従事すべき労働だからです。このように考えると、部活動でも同様の指導を行うこと、すなわち、生徒が自分たちで部活動を運営していくように指導することは、教員の専門性の範囲内で対応できると考えられます。

教員の専門性という裏付けをもたない「部活動は競技力を高める場である」という従来の主張を繰り返すのか、教員の専門性をふまえて「生徒が自分たちで強くなっていくのが部活動である」と主張し、子どもの自治集団活動を基盤として競技力の向上を求めるのか、今、その分岐点に指導者の皆さんは置かれています。「運動部活動の教育学」の扉を開き、新たな一歩を踏み出してみませんか？

〈注〉

1）詳細は、拙著『運動部活動の教育学入門　歴史とのダイアローグ』（大修館書店、2015 年）、及び『生徒が自分たちで強くなる部活動指導　体罰・強制に頼らない　新しい部活づくり』（明治図書、2016 年）を、ご参照いただければと思います。

食事もトレーニング !?
まずは毎日の食生活を見直そう

筑波大学体育系准教授　麻見 直美（管理栄養士）

競技生活の中で、日々の食事摂取が現在及び将来の選手生命に多大な影響を与える。

2005 年には「食育基本法」が公布され、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人を育てる「食育」の推進が求められた。

今般、運動栄養学の研究に取り組んでおられる筑波大学体育系准教授　麻見直美氏（管理栄養士）より寄稿の機会を得た。本誌で、シリーズ「食育を考える：ジュニア期の食事の在り方」として連載を予定しており、今回は第一回目となる。

まずはじめに、図 1 をノートに書き写してください。できれば色も真似して書いてください。主食、主菜、副菜の色はこだわって書き写してください。ところで、あなたはハンドボールの練習ノートを作っていますか？　練習ノートがあるなら、そのノートのページをちょっと使ってページ半分くらいに書いてください。練習ノートがない時は、これを機会に作ってくれると嬉しいです。勿論、これまで愛用してきている日記やスケジュール帳に、書いてくれてもいいですよ。さぁ準備はいいですか？

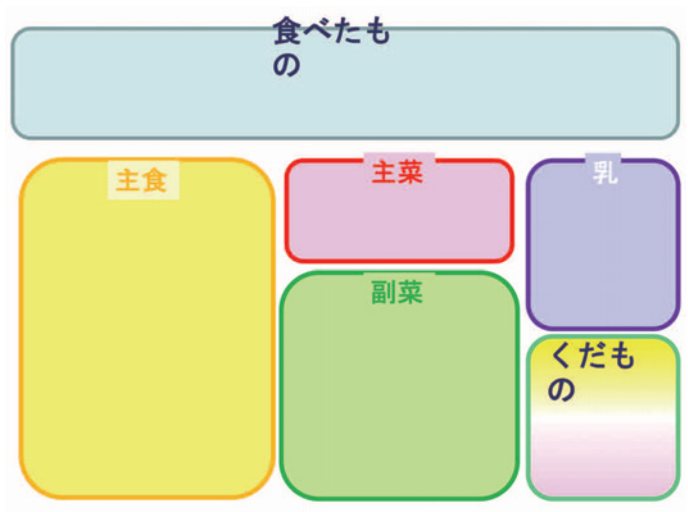


図 1

ところで、今は何時ですか？　朝ですか？　昼ですか？　夜ですか？　一番最近食事をしたのはいつですか？　午前中にこれを読んでくれている人は、一番最近の食事は［朝食］ですよね？　その朝ごはんで何を食べたか思い出してください。［朝食］を欠食していると前の晩の［夕食］ですね。夜、寝る前に読んでいる人は、一番最近食べたのは夜食かもしれないけれど、［夕食］として食べた食事を思い出してください。私たちの食習慣は一般的に［朝］［昼］［夕］の 3 食を食べる習慣なので、その［朝食］［昼食］［夕食］として食べた一番最近の食事で何を食べたか思い出してください。そして、その内容を図の “食べたもの” のところに書いてください。さて、次の作業の前に、スポーツ活動を頑張る人の望ましい食事について、お話しします。

身体づくりに重要なこと、パフォーマンス向上に重要なことは、3 つあります。運動（トレーニング）と、栄養と、休養です（図 2）。この 3 つの要素が上手く循環してこそ、目標とする身体づくりが出来るようになります。パフォーマンスも向上します。しっかりと運動（トレーニング）をするためには、適切な栄養と適切な休養が必要なのです。栄養と休養によって、運動（トレーニング）は支えられています。その適切な栄養を摂るための食生活について、ここではお話しします。

望ましい栄養を摂るためには、適切な量の食事と、適切な質の食事が必要です。次の食事から実践して欲しいので、まず「適切な質」の食事をするためのコツをお話しします。目指す食事は**「パーフェクト栄養型の食事」**です。

パーフェクト栄養型の食事とは、1日３食、朝食も昼食も夜食も、「主食」「主菜」「副菜」「牛乳・乳製品」「果物」をそろえた食事をすることです。図３, 4, ５に、摂り方（皿数など量のイメージ）、どんな食材を摂ったら良いか、どの栄養素を摂ることが主な目的かを記しました。朝食からパーフェクト栄養型の食事を実践するのはとても大変ですが、スポーツ活動を頑張る人は、あまり身体を動かさない人に比べて、消費するエネルギー量や体内に取り込んだ様々な栄養素の消耗、消費が激しいので、その分沢山のエネルギーになる素や沢山の栄養素を摂る必要があるのです。だから沢山しっかり食べる必要があります。とくに成長期にあるあなたは、毎日の生活のためのエネルギーや栄養素と、練習などスポーツ活動を頑張るためのエネルギーや栄養素だけではなく、あなたの成長に必要な分のエネルギーや栄養素も摂取する必要があります。そのために、一日３回の食事全てで､「主食」「主菜」「副菜」「牛乳・乳製品」「果物」を摂ることが必要です。

さて、図１の作業に戻りましょう。あなたが“食べたもの”に書いたものを、その下にある「主食」「主菜」「副菜」「牛乳・乳製品」「果物」に分類してみてください。どの食べたものが、どの区分に入るかは、図４を参考にしてください。めん類には、うどん、そば、ラーメン、スパゲッティー、マカロニなどがあります。甘い菓子パンは、（　　）をつけて「主食」に書いておきましょう。カレーライスを食べたときは、そのご飯は「主食」、肉やシーフードの

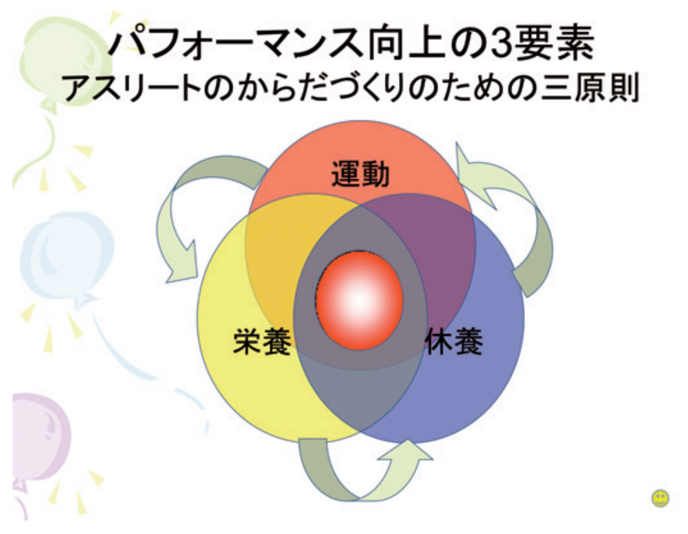


図２

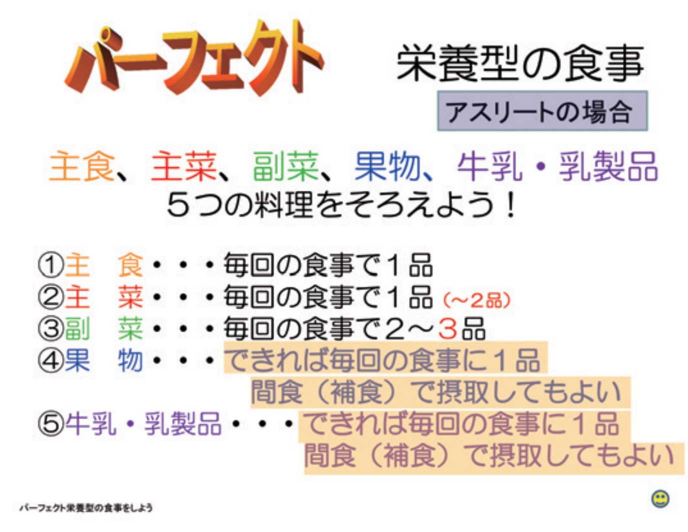


図３

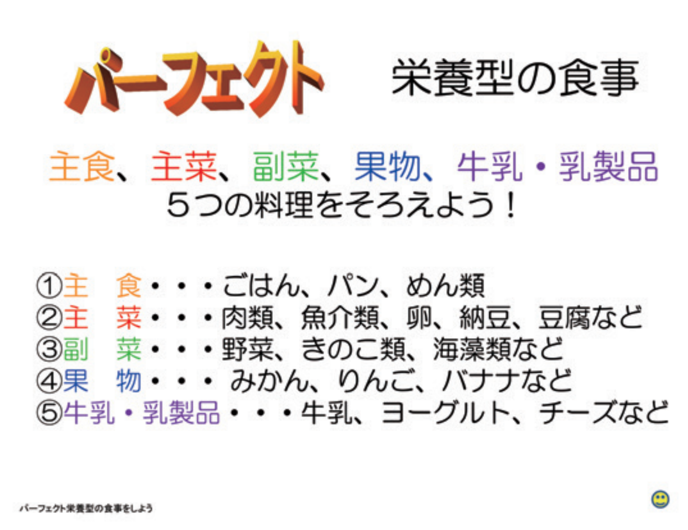


図４

入ったルーは「主菜」、野菜カレーのルーなら「副菜」に書きましょう。牛丼などの丼物は、そのご飯は「主食」、上にのる具は「主菜」です。ジュースはそれが100％フルーツジュースなら（　　）をつけて「果物」に、野菜ジュースはそれが100％野菜ジュースなら（　　）をつけて字を小さめにして「副菜」に書きます。野菜と果物で100％のジュースは（　　）をつけて「果物」に書きましょう。

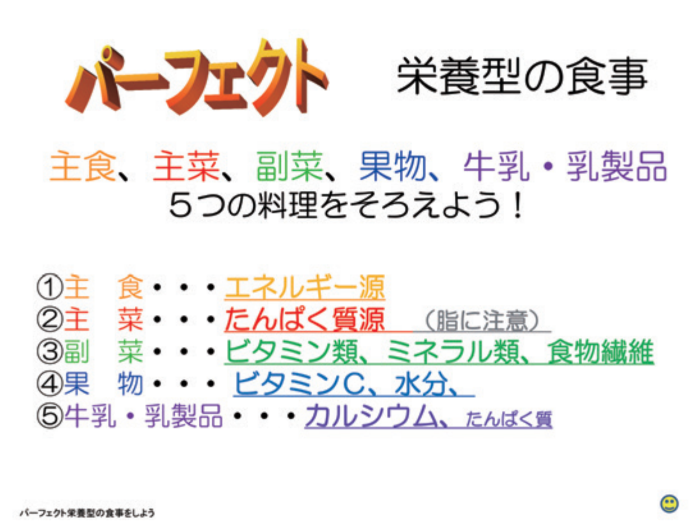


図５

さぁ、あなたの食事は「主食」「主菜」「副菜」「牛乳・乳製品」「果物」の全ての区分を埋めることができましたか？　空欄になっているところはどこでしょうか？　パーフェクト栄養型の食事であるためには　全ての区分に何か書かれていないといけません。できれば、（　　）がついているものではないともっと良いです。もし、何も書かれていない区分があったら、図４を見ながらどんなものを加えて食べたら良いか考えてみてください。身近な人に相談してもいいですね。そして、『これを食べるようにしよう！』と具体的な目標を立ててください。その目標は『全部の区分を食べるようにする』のような漠然としたものではなくて、『朝ごはんで納豆を食べる』『朝、牛乳をマグカップ１杯飲む』『いつも冷蔵庫に牛乳が入っているように買っておいてくれるようにお願いする』など具体的に目標を立ててください。種類だけでなくちょっと食事の量を意識するなら、１回に食べる「主菜」の量は、自分の手のひらの大きさくらい。『えっ！？これで身体づくりに必要なタンパク質足りるの？』と心配になる人がいるかもしれませんが、朝食でも、昼食でも、夕食でも、手のひら大の肉や魚や卵や大豆製品のメインのおかずを１品食べて、かつ主食をしっかり食べれば大丈夫。食事全体の量としては、自分の手のひら大の「主菜」を基準に、その２倍の「副菜」（付け合わせのおかず）、３倍量の「主食」を食べます。図１の「主食」「主菜」「副菜」の比率を参考にしてください。「主食」：「主菜」：「副菜」＝３：１：２です。つまり、食事量全体の半分が「主食」、おかずの1/3が「主菜」、2/3が「副菜」です。「主食」の量が思っているより多いと思います。しっかり食べてください。「副菜」も「主菜」より多く必要です。付け合わせのおかずですが、様々な種類でしっかり摂りたいものです。また、「牛乳・乳製品」の量は牛乳マグカップ１杯づつを各回の食事で！、「果物」の量はみかん１個分くらいを各回の食事で！のイメージです。全体の量は結構多い量になります。１回にそんなに食べられないなら、各回の食事の一部を練習前後の補食（３回の食事以外にエネルギーや栄養素等を補給するための軽食。一般の間食に似ているけれど、菓子類を食べる「おやつ」感覚のものとは区別したい）などで摂ってください。補食には、主食系のもの、牛乳・乳製品、果物類が良いでしょう。

さぁ、あなたの食事を評価した結果はどうでしたか？　次に食べる食事から、あなたが考えた具体的な改善目標を早速実践して下さい。食べることも毎日の積み重ねが大切。時には、食事もトレーニングの一環と考えて、望ましい食べ方を身につけていきましょう。

次回は、食事全体の量について、もう少し考えたいと思います。そのために、できれば１週間に１回程度、きまったタイミングで体重を計って、練習ノートに記録を残しておいてください。

報告　愛知県Ｊ級指導者養成講習会

愛知県ハンドボール協会スクール部担当／Ｊ級指導者講習会担当　吉田 貴之

本年度、愛知県では、７月23日（日）ブラザー体育館及び会議室にて、公認Ｊ級指導者養成講習会を開催しました。受講者数は新規受講者38名、更新研修者10名で、ハンドボールスクール関係者、学生、教員を中心として、愛知県内のみならず、他県のみなさまにも多くご参加いただきました。

実技講習は、（公財）日本ハンドボール協会NTS内容策定メンバーU-12担当の濱野健一氏を講師にむかえ「ゴールデンエイジ期における基礎・基本的な動きづくりと状況判断」をコンセプトとして実施しました。「ベーシックセブン」の紹介から、ファンダメンタルトレーニング（パス／キャッチ）、状況判断のトレーニング（シュート、２次速攻）等、NTSメニューを中心とした内容の実技講習を行いました。濱野氏には、選手に身に付けさせていきたい力や、指導者となる受講者へのアドバイス等も詳しくご指導いただきました。

講義①では、浅野浩孝氏（グランパスエイトスクールコーチ、JFA公認Ｂ級ライセンス）を講師に招き、「選手（子ども）を育てる」というテーマで、講演をしていただきました。「小学生(U-12)年代の特徴を理解する」、「指導者として成長する」、「保護者との関わりを大切にする」、「判断基準は『Players First！』」という４つの内容を中心に、指導者が忘れてはいけない大切なことを再確認させてくださる講演でした。また、最後には、講師と受講者で「スポーツ活動における『暴言・暴力』について」のディスカッションを行い、競技の枠を越えた意見交流を行うこともできました。



講義②では、（公財）日本体育協会公認アスレチックトレーナー、（公財）日本ハンドボール協会トレーナー部会の奥村卓巳氏から、「ゴールデンエイジにおけるスポーツ傷害のリスクマネージメントとその対応～ハンドボールにおける基礎運動能力の評価と獲得～」についての講演をしていただきました。「コーディネーション７能力」、「成長期の運動器の特徴」、「ハンドボールにみられるスポーツ外傷・障害」等、ハンドボールの技術指導以外にも、指導者が理解しておかなければならない大切な知識について、研鑽を深めることができました。

愛知県では、平成14年から続くこの講習会も、今年で16回目となりました。指導者育成の一役を担い、選手の成長の手助けとなれるような講習会を、今後も目指していきたいと思います。

報告　千葉県J級指導者養成講習会

千葉県小学生担当　高橋　鉄

　千葉県では、毎年１月下旬にJ級指導者養成講座を開催しています。新規、更新合わせて10名程度が受講されています。内容としては、主に午前中が体育館での実技研修、午後は会議室での講義という流れで行っています。実技研修は千葉県内の全小学生チームが集まり、NTSの伝達研修も兼ねたトレーニングを行っています。午後になると、受講生は講義、子供たちはゲーム形式のトレーニングとなります。Jクイックハンドボールを先取りして試行していた時期もありました。講義では、小学生ハンドボールの現況、子ども理解と指導法、ハンドボール文化、スポーツ傷害と救急対応などの座学となります。

　午前中の実技研修は、ジュニア層の指導者への講習会ですので、脳トレやブレインジムなどで頭を動かし、緊張をほぐすところから始めます。次に、けが防止の準備体操、股関節や肩関節の可動域を広げるストレッチ、体幹トレーニングと進んでいきます。ウォーミングアップが終わると、低学年、高学年CP、GKと分かれてのトレーニングとなります。低学年のトレーニングは、コーディネーショントレーニングや、投げる、捕る、ドリブル、シュートといった基本的な練習の後、ミニコートを使って、３人から４人のゲーム形式の攻防練習を行っています。高学年に関しては、その年のNTSトレーニングを簡素化した内容で行っています。昨年度の高学年の実技研修は「ドリブルとピボットのスクリーンを利用した２対２の攻防」というテーマで行いました。ピボットへのパスキャッチスキル、ドリブルトレーニング、２対１のコーンタッチ、ピボットのシュートと続き、最終的にドリブルとスクリーンを使った２対２まで繋げました。整理体操は、成長期のスポーツ障害（オスグット、シンスプリント、シーバー病、足底筋膜炎など）予防のためのストレッチを行ったり、トレーニングを紹介したりしました。

　また、現在では動画サイトの普及で、世界トップレベルのプレイを自由に閲覧することができますが、数年前には導入として、ワールドカップ決勝の映像や全国小学生決勝の映像を見せていた時期もありました。子供達には夢を持ってプレイしてほしい、指導者には勝利至上にならず、子供たちに夢を持たせる指導をしてほしいという願いからの配慮でした。





NTSブロックトレーニング報告 北 海 道

NTS 北海道ブロック運営委員長　**亀山 耕司**

【日程】2017 年 8 月 26 日～ 27 日
【参加者】スタッフ 4 名、デモンストレーター 12 名、高校生 14 名、中学生 14 名、小学生 14 名
補助指導者（高校）4 名、補助指導者（中学）3 名、補助指導者（小学）2 名　　合計 67 名

【活動内容】

日　時	時　間	内　容
8 月 26 日		全体説明（小学生）
9：20	15min	（小学生）ストレッチ
9：40	20min	DF コンタクト　2 人 1 組でルーズボールをキープするトレーニング
10：00	15min	3 人 1 組ドリブルカット
10：20	15min	アジリティラダーをしながらのドリブル練習
10：40	25min	3 人 1 組でのワンハンドキャッチでのパスキャッチ 必ず前を狙う
11：10	5min	休憩
11：15	15min	3 人 1 組でのパスキャッチシュートモーションからクロスのパスを入れて
11：30	15min	DF に遅れを作った状態でのドリブル突破トレーニング
11：55	25min	DF の予測を促すためにパスの相手を限定した 4 対 4 の速攻ゲーム
12：15		体力測定
13：00		開校式
13：40	15min	ベーシックセブン　(physical preparetion)
14：00	20min	DF コンタクト　①パスからの 2 対 1DF ② 3 対 2DF
14：20	10min	ドリブル 3 対 3　ドリブルのスピードチェンジを意識して
14：30	15min	腕立てをはさんだ 3 人のパス　　動きを止めないことを意識
14：45	15min	GK ノック　コースを固定して
15：00	15min	バックステップを意識したパス交換（シュートを狙った 3 歩を意識して）
15：20	15min	2 対 1OF　PV がしっかりと位置取り・BP がドリブルから仕掛け
15：35	20min	4 対 4 ミニゲーム　ビブスで色分けし、パスの相手を限定
15：55		クールダウン　まとめ
17：30		夕食及び管理栄養士による食事に関する学習会
8 月 27 日		朝食及び管理栄養士による食事に関する学習会
9：00		ベーシックセブン→パス練習→ GK ノック→ 4 対 4 セット→ 4 対 4 ミニゲーム
10：00		ゲーム形式（20 分）　①③女子（中学ー高校）　②④男子（中学ー高校）
		強いコンタクトやボール奪取を意識したＤＦとシュートを狙った動きを意識した OF
11：40		クールダウン　まとめ　閉講式

【成果】
小学生のドリブル練習に関しては、フェイスアップし、判断しながらドリブルをする意識付けができた。中高生の DF 練習では、特に女子が前方向へフィジカルコンタクトを狙った動きをすることを意識付けすることができた。中高生男子に前を狙った動きからのクロスパスを心がけるよう声かけをしたことで意識の変化がプレーに見られるようになった。男女ともにクロスアタックや牽制、そこからの強いフィジカルコンタクトが起きるシーンがあったことは収穫である。

【今後の課題】
女子においてはクロスアタックや牽制といった攻撃的な姿勢がより求められる。また、フィジカルコンタクトが弱く、今後対策を講じていかなければならない部分である。男子では常にシュートを狙ったＯＦがもっと定着していく必要がある。特にクロス・チェンジの際にシュートやカットインの動きとパスを両方選択できるような動きが意識され、それが習慣化されるべきである。

NTSブロックトレーニング報告 北信越

富山県ハンドボール協会　矢田　晃

開催日：2017年8月26日（土）～27日（日）（小学生は27日のみ）
会　場：富山県　氷見市ふれあいスポーツセンター、富山県立氷見高等学校体育館ほか
参加者：131 名　小学生；男子 13名、女子 14名、中学生；男子 15名、女子 12名、高校生；男子 14名、女子 14名、派遣ディレクター１名、スタッフ 27名（運営委員 6名、技術指導員 7名、インストラクター 13名、補助指導者 21名、管理栄養士 1名）

「世界のトレンドを意識させられた」「世界の選手と対戦するということを意識した」「ヨーロッパの選手を相手にちっちゃい自分たち日本選手が戦うこと…」など、参加した中学生・高校生の選手たちからは「世界」を意識する声が多く聞かれました。また、「多くの先輩や指導者に囲まれとても参考になった」といった感想のほか、集まった選手の意識の高さや自分の体力・技術不足など、自己を顧みて分析する声も聞かれました。

全カテゴリー共通して、実施した練習メニューに初めて取り組む選手もおり、「ディフェンスの指示が具体的で頭を使った」など、観察・牽制・視野・判断の要素を強く意識したと感想を述べています。また、多くの選手が、選ばれたことへの感謝とともにコミュニケーション能力の大切さを感じていました。

本ブロックでは、これまで地元実業団チームのご理解により、所属選手にはデモンストレーターとしてご協力いただいてきましたが、今年は日本リーグの日程によりそれが叶わぬ状況となりました。さらに、センタートレーニングのカテゴリー変更による組織対応も伴いました。

しかし、ブロック技術指導委員長、副委員長ならびに U-12 技術指導委員長のもと、各県の技術指導委員、インストラクター、補助指導者が一丸となった技術指導と、各県運営委員による献身的なプログラム運営をいただいた結果、NTS のねらいとする選手の発掘、育成に向けた熱意のこもった指導が展開され、全体的には円滑で充実したものになったと考えております。参加した指導者からは、新しい指導方法のポイントが明確に示されること、他県の指導者から受ける刺激も新鮮であることから、「指導レベルの向上を図る上でも、今後、より多くの指導者の参加を期待したい」との声が多く聞かれたところです。

今回のトレーニングでは、各カテゴリーにおいて次のようなポイントで指導を行いました。

○小学生
・ディフェンス…牽制の意味を理解し、相手の動きを制限する位置取りを意識させること（１対１では、牽制の動きからスムーズに面を入れ替えてインを閉めながらアタックする。２番目のポジションは、相手にインを突破されない面の取り方、アタック、牽制を行う。ボールスチールについては、相手の動きやパスの行方等を意識し、確実にマイボールにする。）
・オフェンス…より多くのシュートチャンスを作り出せるよう、プレーを継続し続けること（視野が狭くならないドリブル技術を重点的に練習し、意味のないワンドリブル等をしないことや、動きの中でも視野を広げ、常に次のプレーの空間を確保する動きを意識させた。）
※指導の留意点として
・練習メニューを選手に説明するにあたり、理解しやすくなるよう配慮すること（補助指導員が実際の動きを見せて視覚的に捉えさせながら、分かりやすい言葉や用語を用いて、できるだけ細かなところまで説明するよう努めた。）
・全体指導の場面では説明を聞く際の集中力を意識させること、また、実際の場面では個別指導により選手個々に応じた簡潔なアドバイスを行うこと

○中学生
・オフェンス…ポストと２対１の場面では、ディフェンスを左右に揺さぶることを意識させ、ポストが自分の空間を確保できるような位置取りを意識させること
・ディフェンス…相手と体格差のある場合でもボールが入る前の準備によってオフェンスの動きを制限できるよう、牽制への意識を重要視し、利き手へのアタックをより強くするように意識させること

○高校生
・オフェンス…適切なポジショニングから状況判断をもとにプレーを選択し、また、それを継続させること（オフェンスが完了しなかった場面では、攻めたあとも常に有利なポジショニングを行うために必要なバックステップや位置取りの重要さを強調し、リポジショニングを意識させた。）
・ディフェンス…パワーのある外国人相手を想定し、牽制によって相手のスピードや進行方向を限定したうえで、そこから利き腕に強くアタックすること

さらに今回は、宿舎でのプログラムを新たに加え、「栄養・食事指導」や「プログラムミーティング」に中学生・高校生選手とスタッフ全員が取り組みました。寝食を共にすることにより、参加選手の実態や運営上の課題が顕出するとともに、指導者間の意思疎通が円滑となり、トレーニング運営の効果・効率がさらに高まるなど、期待していた以上の成果に喜びを感じています。

今後の課題も挙げられています。大きな課題のひとつは開催日の調整、もう一つは NTS の共通理解です。開催日が選手や指導者にとって不都合が多かったことが、一部に NTS への理解が進まなかった理由の一つとも考えられます。今回の８月第４週の実施は、参加しやすかったと好評でしたが、今後も各種団体との調整に難航することが予想されます。また、より NTS の成果を上げるためには、運営面ではプログラムの充実と、技術指導面では技術の伝達と指導者の育成など、取組むべき課題は山積しています。各カテゴリーにより多くの指導者を派遣できれば、NTS への理解と技術の伝達が進むとともに、所属チームに戻った後も指導が継続されるなど、さらなる発展につながる。関係スタッフからの「優秀な選手が多く選考が難航した」「もっと多くの選手を派遣したい」といった発展を期待する声に沿えるよう、努めていきたいと考えています。

最後になりましたが、ブロックトレーニングの開催にあたり、多くの皆様のご理解とご協力をいただき厚く御礼申し上げます。本ブロックトレーニングがさらに充実したものとなるよう、皆様のご支援をお願い致します。



NTSブロックトレーニング報告 四国

NTS 四国事務局　横田 恵子

1. 総括・総評

今年度から、U-16とU-13という新しいカテゴリーでの開催になった。準備段階では、各県からの選手選出や準備などで戸惑いや新しいカテゴリーでの開催の意義が浸透されていない点も見られた。しかし、ブロックトレーニング開催日に集まった選手たちの表情は、各県の代表選手として自信や意欲に満ちた選手が多かった。中学校1年生や高校1年生の中には、所属チームでは試合経験も少ない選手も多かったが、センタートレーニングへの派遣を目標に2日間のトレーニングに真剣に取り組む姿が印象的であった。それは、U-13の小学生でのトレーニングにおいても同様である。今年度から始まった小学生でのセンタートレーニングへの派遣については、さまざまな問題点や今後の改善点はあるが、一番大切である選手のうまくなりたいといった向上心の維持やモチベーションの維持においては大事な役目を果たしていると感じた。

2. 各カテゴリーの指導ポイント

トレーニングの内容として高校生・中学生は、一日目の午前中に体力測定、午後にOF・DFトレーニングを実施し、二日目の午前中にも改めてOF・DFトレーニングを実施した上で、午後からは実践形式での練習としてゲームを実施しました。今年度のトレーニングの課題として、OFでは昨年度のトレーニングに加えて状況判断を行いながらのドリブルテクニックを向上させるトレーニング、シュートトレーニングさらに応用としてそれらの要素を取り入れた各種攻撃パターンの習得、DFではOFトレーニングと同様に状況判断を行いながら牽制を活かした守り方の習得等に重点を置きトレーニングに取り組みました。具体的には、OFトレーニングでは状況判断の要素を取り入れ、まずドリブルテクニックの向上やBPとWPおよびBPとPの局面でのシュートトレーニング等の基礎練習を実施しました。その後は、応用編としてドリブルからの2対1を行ったほか、3対2、4対3の攻撃への応用を目的とした練習を行いました。さらには、速攻のトレーニングにおいてもパスの相手を限定することで、様々な局面での状況判断による攻め方の各種パターンを習得することが図られたように思います。一方、DFトレーニングでは基本的なDF姿勢をつくるトレーニングからOFに対する牽制に重点を置き、速攻の局面においてもOFトレーニングと同様に状況判断からパスコースを限定しカットするなど様々な守り方についてトレーニングを実施しました。

3. 参加選手の声

私は今年初めてNTSブロックトレーニングに参加しました。顧問の先生から参加することを初めて聞いたときは、県の代表に選ばれたことに驚きましたが同時にとても嬉しかったです。トレーニングでは、教えてもらったことをその場で表現できるように心がけていました。初めて取り組むトレーニングメニューも多かったですが、インストラクターの先生方の的確な指導やデモンストレーターの香川銀行の選手が親身になって指導してくださり2日間のトレーニングを終えることができました。所属チームの練習でもトレーニングで学んだことを忘れず実践できるようにしています。来年もブロックトレーニングに参加できるよう、そしてセンタートレーニングへ派遣される選手になりたいと思っています。

審判部だより

第23回女子世界選手権ドイツ大会参加に向けて

国際審判員　池渕 智一・檜﨑　潔

この度、国際ハンドボール連盟(IHF)より指名を受け、ドイツにて行われる第23回女子世界選手権にレフェリーとして参加することとなりました。

我々は1997年にペアとしての活動をスタートし、レフェリーコースでB級、その2年後にA級を取得して2006年にIHFの資格を取得しました。その年に初めての世界選手権となるカナダで行われた女子ユース世界選手権に参加、2011年のブラジルでの女子世界選手権、2015年にカタールで行われた男子世界選手権等、各カテゴリーの世界選手権を経験し、今回が10回目のIHF世界大会参加となります。

女子の大会のため我々ペアへのノミネートは少々驚きましたが、最大の目標である東京五輪での吹笛を目指す我々にとってはさらに経験を積み、アピールをするための非常に大切な大会になると考えています。ノミネートの連絡は、先日参加したジョージアで行われた男子ユース世界選手権に向かう途中に受け取ったため、現地からお互いの職場にメール等で連絡を取りました。我々が直接説明できないため難しい状況でしたが、我々がこの大会に参加するために協力してくださった方々のおかげで職場の承認を得ることができました。我々の活動を理解してくださる職場の方々はもちろんですが、このような方々のおかげでこの大会のみならず、この11年間、国際レフェリーとしての活動を続けてこられたのだと感じております。この場をお借りして御礼申し上げます。

さて、2017年1月にフランスで行われた男子世界選手権同様、今大会も3日間の事前セミナーが9月15日から17日の間、フランクフルトで行われました。会場はフランクフルト空港から車で15分ほどの所にある、宿泊施設やミーティングルームも備えたスポーツ教育センター、Landessportbundes Hessen e.V. にて行われました。セミナーの目的は、現時点での準備状況を把握すること、レフェリーチームに共通認識を持たせること、大会までにどういったことを準備すれば良いかを伝えること、等です。セミナーにはノミネートされた16ペア全員が参加し、5つのグループに分けて事前に与えられた宿題（※女子の試合におけるステップ、※7mスロー、※攻撃側の違反、※罰則の基準【競技規則8：3と8：4の違い・ピボット】、※新ルール施行から1年経過して）のプレゼンテーションを始め、ルールテスト、ビデオテスト、シャトルランテストの各種テスト、国際バスケットボール連盟（FIBA）レフェリーフィットネスコーディネーターでもあるAlejandro Vaquera氏によるトレーニング方法やリカバリー方法の講義と実技、Dr. Christian Heissによる精神的準備の方法、その他、IHFのPRCメンバーによって罰則やパッシブプレーについての講義が行われました。難しい内容も多く、付いて行くのに一苦労でしたが、何とか3日間の内容を無事に終了することができました。今後、シニアの世界選手権はこのような事前セミナーを行うスタイルになっていくと思われます。

大会では女子世界選手権の次回ホスト国となる日本のレフェリーとしてふさわしいパフォーマンスが求められると思っています。これまでの経験と学んだことを今一度思い返し、この度の事前セミナーの内容を常に意識しながら、大会までの残りの期間、しっかりと準備をしていきたいと思います。

（文責：檜﨑 潔）



レフェリーによるプレゼンテーション



シャトルラン前に体重と体脂肪測定



実技の様子



今大会参加レフェリー

【参考】今大会にノミネートされた16ペア

ARG: GRILLO LOPEZ Julian Ismael / LENCI Sebastian
DEN: HESSELDAL HANSEN Line / CHRISTIANSEN Carina
ESP: GARCIA Ignacio / MARIN Andreu
FRA: BONAVENTURA Charlotte / BONAVENTURA Julie
GER: SCHULZE Robert / TÖNNIES Tobias
HUN: HORVATH Peter / MARTON Balazs
JPN: HIZAKI Kiyoshi / IKEBUCHI Tomokazu
KOR: KOO Bon-Ok / LEE Seok
MNE: PAVICEVIC Ivan / RAZNATOVIC Milos
NOR: ARNTSEN Kjersti / ROEN Guro
SLO: LAH Bojan / SOK David
RUS: ALPAIDZE Viktoria / BEREZKINA Tatiana
SRB: ANTIC Vanja / JAKOVLJEVIC Jelena
SWE: KURTAGIC Mirza / WETTERWIK Mattias
TUN: KRICHEN Samir /MAKHLOUF Samir
TUR: ERDOGAN Kürsad / ÖZDENIZ Ibrahim

つれづれなるままに

企画・広報委員
早川　文司

フリースロー
Free Throw

秋の気配まったた中、身体を動かすにはもってこいのシーズンである。最近は高齢者の皆さんの意欲も大いに高まり、スポーツジムが大賑わいとの話もよく耳にする。「運動」をすることによって、心身とも「健康」になる効果は計り知れない。2020東京五輪は刻一刻と近づいている。日本ハンドボールがどのように世界の強豪と渡り合い、結果を残せるか一球界としては気になるところである。

それはともかく、今回は秋の夜長、つれづれなるままにしたためてみることにした。

★その１；ホームページ

協会ホームページがリニューアルしたことは、皆さんご存じの通りである。今や情報社会。積極的に活用したいが、もう一つ速報性と一貫性にバラツキがあるように感じるのは、私だけだろうか。試合当日の模様（結果）をより早く伝えるにはもってこいのホームページであるはずながら、生かされていないのではなかろうか。もっとスピード感を持ってのアップということを念頭に作業を進めてもらいたいものである。

また、大会によってはフェイスブックで事足りると思われているのではとの事例もある。あくまでメーンで伝えるべきもので、その補足に使うものだろう。

★その２；戦評と経過

日本リーグを含めて各種大会では記録とともに戦評と題して試合を伝えている。(日本リーグは戦況報告)。「戦評」と「経過」の解釈をどう考えているのかと思えるものが多い。

というのは「●●のスローオフで始まり…」などの書き出し。●分に●点リード、あるいは前半を●点対●点で終えた。また、末尾に「最終スコアは●●ー●●」などの記述が見受けられる。

「戦評」なら、果たして必要なものだろうか。「戦評」とは試合全体の流れ、その試合のキーポイント、あるいはターニングポイントになったプレー、攻防などを記すべきではないかと思う。試合経過とは全く別物であると私は解釈している。皆さんのお考えはいかがなものだろうか。

★その３；まだまだ足りない告知

これまでも何度か指摘してきたが、ハンドボール界は告知がうまくないとつくづく感じる。とくにトップレベルのリーグを盛り上げるためのパワーを結集したいものだ。それが球界全体の知名度アップに直結するからだ。選手の動向も併せ、スケジュールをどのように知らせるか。もっともっと各地のメディアを活用する手を考えるべきではなかろうか。協会首脳との懇談会を地方こそ頻度を増やし、つながりを深めることも重視すべきだろう。秋の夜長の思いは尽きない。

「フリースロー」終了のお知らせ

日頃から「フリースロー」をご愛読いただきまして、ありがとうございます。

この度、執筆をお願いしておりました早川文司様から健康上の理由から辞退のお申し出を頂きました。

「フリースロー」は、平成６年５月号（No.341）から連載が始まりました。足かけ20年を越える長きに渡り、当協会の事業運営への様々な提言をいただいて参りました。

これまでの早川様のご尽力とご協力に心より厚く御礼申し上げますとともに、読者の皆様にご報告申し上げます。

機関誌編集委員会　委員長　近久 紀人

スコアールーム１

第44回全国高等専門学校ハンドボール選手権大会

開催期日：2017年8月26日（土）～27日（日）
会　　場：東京都八王子市・エスフォルタアリーナ八王子

▼予選第１ブロック

北九州　25（11－８、14－10）18　長　岡
北九州　28（13－11、15－10）21　函　館
函　館　27（17－２、10－８）10　長　岡

▼予選第２ブロック

明　石　27（12－13、15－14）27　徳　山
明　石　29（16－13、13－13）26　東　京
徳　山　18（８－９、10－９）18　東　京

▼予選第３ブロック

豊　田　27（13－４、14－10）14　香　川
豊　田　31（16－５、15－10）15　仙　台
香　川　20（９－９、11－９）18　仙　台

▼予選第４ブロック

金　沢　18（９－６、９－４）10　熊　本
金　沢　28（18－10、10－８）18　一　関
一　関　27（11－10、16－５）15　熊　本

▼準決勝

明　石　30（18－９、12－14）23　北九州
豊　田　19（10－９、９－８）17　金　沢

▼決勝

豊　田　29（10－11、19－11）22　明　石

スコアールーム２

第19回全日本ビーチハンドボール選手権大会

開催期日：2017年8月26日（土）～27日（日）
会　　場：兵庫県神戸市・「アジュール舞子」海岸特設コート

【男子】

▼予選Ａブロック

東海 WeeDS!　２（22－10、20－８）０　明石清水高校
Ｂ　Ｂ　Ｊ　２（14－４、20－７）０　明石清水高校
東海 WeeDS!　２（13－15、15－14、８－６）１　Ｂ　Ｂ　Ｊ

▼予選Ｂブロック

ＨＣ神戸　２（11－９、14－６）０　天王寺６７
ＡＢＧ２０１７　２（18－10、26－４）０　天王寺６７
ＡＢＧ２０１７　２（67－26、44－37）０　ＨＣ神戸

▼準決勝

東海 WeeDS!　２（20－７、17－４）０　ＨＣ神戸
Ｂ　Ｂ　Ｊ　２（15－18、17－10、８－６）１　ＡＢＧ２０１７

▼５－６位決定戦

天王寺６７　２（13－６、７－19、７－６）１　明石清水高校

▼３位決定戦

ＡＢＧ２０１７　２（12－14、18－13、６－３）１　ＨＣ神戸

▼決勝

Ｂ　Ｂ　Ｊ　２（19－９、25－11）０　東海 WeeDS!

【女子】

▼予選Ｃブロック

日本体育大学　２（28－２、16－３）０　明石清水高校
ハミングバード　２（15－12、12－６）０　明石清水高校
日本体育大学　２（12－５、14－９）０　ハミングバード

▼予選Ｄブロック

東海 WeeDS!　２（12－４、８－６）０　風見鶏クラブ
ＳＨＩＮＥ　２（14－６、17－６）０　風見鶏クラブ
ＳＨＩＮＥ　２（11－２、15－５）０　東海 WeeDS!

▼準決勝

日本体育大学　２（17－８、14－５）０　東海 WeeDS!
ＳＨＩＮＥ　２（11－７、６－２）０　ハミングバード

▼５－６位決定戦

風見鶏クラブ　２（９－８、８－５）０　明石清水高校

▼３位決定戦

東海 WeeDS!　２（10－８、７－８、５－４）１　ハミングバード

▼決勝

ＳＨＩＮＥ　２（13－11、15－16、８－７）１　日本体育大学